



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YETİŞKİN BİREYLERİN ÇOCUK ÇAĞI TRAVMALARI İLE  
İLİŞKİ DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Furkan ALBAYRAK

Tez Danışmanı  
Prof. Dr. Gökben Hızlı SAYAR

İSTANBUL-2025

T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YETİŞKİN BİREYLERİN ÇOCUK ÇAĞI TRAVMALARI İLE  
İLİŞKİ DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Furkan ALBAYRAK

Tez Danışmanı  
Prof. Dr. Gökben Hızlı SAYAR

İSTANBUL-2025

## YEMİN METNİ

Bu çalışmanın kendi tez çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar hiçbir aşamasında etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

Tarih

Furkan ALBAYRAK

İmza

## TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın hazırlanmasında başta ailem olmak üzere, desteklerini ve dualarını hiçbir zaman esirgemeyen tüm yakınlarıma teşekkür etmek isterim. Varlıklarıyla bana güç veren, her zaman yanımda olduklarını hissettiren sevgili anneme sonsuz minnettarım. Ayrıca hayatım boyunca sevgisi ve desteğiyle yanımda olan değerli halama da özel bir teşekkür borçluyum.

Tez sürecinde bilgi birikimi, tecrübesi ve yol göstericiliğiyle bana ilham veren, her aőamada kıymetli katkılarıyla çalıőmama yön veren saygıdeğer danıőmanım Prof. Dr. Gökben Hızlı SAYAR'a őükranlarımı sunarım.

Bu süreçte bilgi ve tecrübelerini paylaőarak çalıőmama katkıda bulunan tüm hocalarıma, arkadaşlarıma ve emeği geçen herkese içtenlikle teşekkür ederim.

**Furkan ALBAYRAK**

**Mayıs 2025**

# YETİŞKİN BİREYLERİN ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI İLE İLİŞKİ DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

## ÖZET

Bu araştırmada, yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları ile romantik ilişki doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma ilişki tarama modeli çerçevesinde yürütülmüş ve veri toplama aracı olarak Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ile İlişki Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini, yaş ve cinsiyet ayrımı yapılmaksızın gönüllülük esasına göre belirlenen 300 yetişkin birey oluşturmuştur.

Araştırma bulgularına göre, çocukluk döneminde yaşanan duygusal ihmal ve duygusal istismar deneyimlerinin yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur. Fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar değişkenleri ile ilişki doyumu arasında ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Ayrıca yaş, cinsiyet ve ebeveyn eğitim durumu gibi demografik değişkenlerin çocukluk çağı travmaları üzerinde etkili olduğu; ancak ilişki doyumu üzerinde anlamlı farklılık oluşturmadığı görülmüştür.

Bu sonuçlar, çocuklukta yaşanan duygusal travmaların, bireylerin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişki kalitesini ve genel ilişki doyumlarını önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir. Bulgular, bağlanma kuramı ve duygusal düzenleme teorileri çerçevesinde tartışılmış ve gelecekte yapılacak araştırmalar için çeşitli öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** *Çocukluk Çağı Travmaları, İlişki Doyumu, Bağlanma Kuramı, Duygusal Düzenleme, Romantik İlişkiler*

# **EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD TRAUMA AND RELATIONSHIP SATISFACTION OF ADULTS**

## **ABSTRACT**

In this study, the relationship between childhood traumas and romantic relationship satisfaction in adult individuals was examined. The research was conducted within the framework of a relational survey model, and the Childhood Trauma Questionnaire and the Relationship Satisfaction Scale were used as data collection tools. The sample of the study consisted of 300 adult individuals selected based on voluntariness, regardless of age and gender.

According to the findings, emotional neglect and emotional abuse experiences in childhood were found to negatively affect romantic relationship satisfaction in adulthood. No significant relationship was found between physical abuse, physical neglect, and sexual abuse variables and relationship satisfaction. Additionally, demographic variables such as age, gender, and parental education level were found to be effective on childhood traumas but did not create a significant difference in relationship satisfaction.

These results indicate that emotional traumas experienced in childhood significantly affect the quality of romantic relationships and overall relationship satisfaction in adulthood. The findings were discussed within the frameworks of attachment theory and emotional regulation theories, and several recommendations were presented for future research.

**Keywords:** *Childhood Trauma, Relationship Satisfaction, Attachment Theory, Emotional Regulation, Romantic Relationships*

## İÇİNDEKİLER

<b>YEMİN METNİ</b> .....	<b>iii</b>
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>x</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1 Giriş.....	1
1.2 Hipotezler.....	3
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>4</b>
<b>KAVRAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>4</b>
2.1 Çocukluk Çağı Travmaları.....	4
2.1.1 Çocukluk Çağı Travmalarının Tanımı .....	6
2.1.2 Çocukluk Çağı Travmalarının Türleri.....	8
2.1.2.1 Fiziksel İstismar .....	9
2.1.2.2 Cinsel İstismar.....	10
2.1.2.3 Duygusal İstismar.....	12
2.1.3. Çocukluk Çağı Travmalarının Psikolojik ve Fiziksel Etkileri .....	14
2.1.4. Çocukluk Çağı Travmalarının Yetişkinlik Dönemine Etkileri .....	17
2.2. İlişki Doyumu .....	20
2.2.1. İlişki Doyumu Kavramı.....	21
2.2.2. İlişki Doyumunu Etkileyen Faktörler .....	24
2.2.3. Bağlanma Kuramı ve İlişki Doyumu .....	26
2.2.4. İlişki Doyumunun Psikolojik ve Sosyal Etkileri .....	28
2.3. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlişki Doyumu Arasındaki Kuramsal Bağlantılar .....	30
2.3.1. Bağlanma Kuramı Perspektifinden İnceleme.....	32
2.3.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ve Romantik İlişkiler.....	35

2.3.3. Duygusal Dzenleme ve İliŖki Doyumu .....	37
2.3.4. Kendilik Algısı ve Romantik İliŖkiler Üzerindeki Etkiler .....	39
2.3.5. Literatürde Çocukluk Travmaları ve İliŖki Doyumu Üzerine Yapılmış Çalışmalar .....	41
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>44</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>44</b>
3.1 Araştırmanın Modeli .....	44
3.2 Araştırmanın Amacı ve Önemi .....	44
3.3 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi .....	44
3.4. Veri Toplama Araçları .....	45
3.5. Veri Toplama Süreci .....	46
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>47</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>47</b>
4.1 Demografik Bilgilerin Dağılımı .....	47
4.2 Ölçeklere Ait Tanımlayıcı İstatistikler .....	49
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>63</b>
<b>TARTIŞMA VE SONUÇ.....</b>	<b>63</b>
5.1 Tartışma.....	63
5.2 Sonuç.....	72
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>73</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1 Demografik Bilgi Formu Dağılımı .....	47
Tablo 2 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Yaş Gruplarına Göre Değişimi .....	50
Tablo 3 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Cinsiyete Göre Değişimi .....	51
Tablo 4 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Anne Eğitim Durumuna Göre Değişimi .....	52
Tablo 5 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Baba Eğitim Durumuna Göre Değişimi .....	54
Tablo 6 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Çalışma Durumuna Göre Değişimi .....	55
Tablo 7 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Kardeş Sayısına Göre Değişimi .....	57
Tablo 8 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre Değişimi .....	59
Tablo 9 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Ebeveynlerin Yetiştirme Tutumuna Göre Değişimi .....	61
Tablo 10 İlişki Doyumu ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Arasındaki İlişki .....	62

## KISALTMALAR

**ÇCTÖ:** Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

**İDÖ:** İlişki Doyumu Ölçeği

**TSSB:** Travma Sonrası Stres Bozukluğu

**SPSS:** Statistical Package for the Social Sciences (İstatistiksel Paket Programı)

**ACE:** Adverse Childhood Experiences (Olumsuz Çocukluk Deneyimleri)

**APA:** American Psychological Association

**DSM-5:** Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition

(Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı, 5. Baskı)

**ANOVA:** Analysis of Variance (Varyans Analizi)

**CBCT:** Cognitive-Behavioral Conjoint Therapy (Bilişsel Davranışçı Çift Terapisi)

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

### 1.1 Giriş

Bireylerin yetişkinlik dönemindeki sosyal ilişkileri, özellikle romantik ilişkileri, onların psikolojik iyilik halleri üzerinde doğrudan ve güçlü bir etkiye sahiptir. Romantik ilişkiler, bireylerin yaşam doyumu, ruh sağlığı ve genel mutluluk düzeyleri üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Karney ve Bradbury, 1995: s. 8). Ancak romantik ilişkilerde yaşanan doyum ya da doyumsuzluk, yalnızca ilişki içindeki dinamiklere değil, bireyin gelişimsel geçmişine, özellikle çocukluk döneminde yaşadığı deneyimlere de bağlıdır. Bu bağlamda, çocukluk çağı travmaları, bireylerin yetişkinlikteki ilişki doyumlarını etkileyen önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır.

Çocukluk çağı travmalarına yönelik tanımlamalara baktığımızda ise genel olarak duygusal, fiziksel ya da cinsel istismar ve ihmal gibi olumsuz yaşam deneyimlerini kapsamakta olup, bireyin psikolojik gelişimini, kişilerarası ilişkilerini ve duygusal düzenleme becerilerini derinden etkilemektedir şeklinde açıklanmaktadır (Felitti, 1998: s. 247). Başka bir tanımlamada ise travmatik çocukluk deneyimleri, bireyin kendilik algısında bozulmalara, başkalarına duyulan güvende azalmaya ve genel yaşam kalitesinde düşüşe yol açabileceği şeklinde açıklanmıştır (Briere ve Rickards, 2007: s. 451). Özellikle romantik ilişkiler gibi yoğun duygusal bağların kurulduğu ilişkilerde, bireyin erken dönem yaşantılarının etkileri daha görünür hale gelmektedir.

Bağlanma kuramı ise, çocukluk çağı travmalarının yetişkinlik ilişkileri üzerindeki etkilerini açıklamak için sıklıkla başvurulan teorik bir çerçeve sunmaktadır. Bowlby (1988: s. 92), bireyin çocukluk döneminde bakım veren figürlerle kurduğu ilişkinin, onun ilerleyen yaşantısında başkalarıyla kuracağı ilişkilerin temelini oluşturduğunu ileri sürmüştür. Güvenli bir bağlanma deneyimi yaşayan bireylerin, yetişkinlikte daha sağlıklı, güvenli ve doyumlu romantik ilişkiler kurma eğiliminde oldukları; buna karşın travmatik deneyimlerin güvensiz bağlanma stillerinin gelişimine neden olabileceği belirtilmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2007: s. 179).

Literatürde yapılan birçok araştırma, çocuklukta yaşanan duygusal, fiziksel ya da cinsel travmaların yetişkinlikteki romantik ilişki doyumunu olumsuz etkilediğini göstermektedir (Colman ve Widom, 2004: s. 487; Whisman, 2006: s. 595). Özellikle

duygusal ihmal ve duygusal istismar, bireylerin romantik ilişkilerde güven kurmalarını, duygusal yakınlık geliştirmelerini ve çatışmaları sağlıklı bir şekilde yönetmelerini zorlaştırmaktadır. Duygusal düzenleme becerilerinde yaşanan zorluklar, bireylerin ilişkilerinde daha yoğun stres ve çatışma yaşamalarına neden olmakta ve bu durum, ilişki doyumunun azalmasına yol açmaktadır (Gross ve Thompson, 2007: s. 22).

Çocukluk çağı travmaları yalnızca bireyin kendi algıları ve davranışları üzerinde değil, partneriyle kurduğu karşılıklı etkileşim üzerinde de etkili olabilmektedir. Yapılan çalışmalar, travma öyküsü olan bireylerin partnerlerinin de ilişki doyumunu düzeylerinde düşüş yaşadıklarını ortaya koymuştur (Lam, McBride ve Wright, 2018: s. 49). Bu durum, çocukluk travmalarının sadece bireysel bir mesele olmadığını, aynı zamanda çift düzeyinde değerlendirilmeleri gerektiğini göstermektedir.

Bu bağlamda, çocukluk çağında yaşanan duygusal ihmal, duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar gibi travmatik yaşantıların, bireylerin yetişkinlikteki romantik ilişkilerinde hissettikleri doyum üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğu, psikoloji ve ilişki araştırmalarında önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Ancak Türkiye bağlamında bu konuda yapılan çalışmalar sınırlıdır ve özellikle farklı yaş grupları, cinsiyetler ve ebeveyn tutumları gibi değişkenler göz önünde bulundurularak kapsamlı analizler yapılmasına ihtiyaç vardır.

Bu araştırma, bu eksikliği gidermeyi amaçlamış ve Türkiye’den 300 yetişkin birey üzerinde yapılan bir çalışma ile çocukluk çağı travmaları ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmada yaş, cinsiyet, ebeveyn eğitim durumu, kardeş sayısı, ebeveyn birliktelik durumu ve bireylerin çalışma durumları gibi demografik değişkenlerin çocukluk travmaları ve ilişki doyumunu üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir.

Bu araştırma ile elde edilen sonuçların hem akademik literatüre hem de psikolojik danışmanlık ve terapi alanındaki uygulamalara katkı sağlaması hedeflenmektedir. Çocukluk döneminde yaşanan olumsuz deneyimlerin, bireyin yaşamının ilerleyen dönemlerinde taşıdığı duygusal yüklerin ve ilişki dinamiklerinin anlaşılması, bireysel ve toplumsal düzeyde ruh sağlığının desteklenmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

## 1.2 Hipotezler

- H1:** Çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ilişki doyumları ile travmalar arasındaki ilişki anlamlı değildir.
- H2:** Çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ilişki doyumları ile travmalar arasındaki ilişki anlamlıdır.
- H3:** Çocukluk çağı travmaları (fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal) ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir fark yoktur.
- H4:** Çocukluk çağı travmaları (fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal) ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir fark vardır.
- H5:** Çocukluk çağı travmalarının (fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal) alt boyutları ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
- H6:** Çocukluk çağı travmalarının (fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal) alt boyutları ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H7:** Çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ilişki doyumları, yaşadıkları travmanın türüne göre anlamlı bir farklılık göstermez.
- H8:** Çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ilişki doyumları, yaşadıkları travmanın türüne göre anlamlı bir farklılık gösterir.
- H9:** Çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ilişki doyumları, cinsiyet, yaş, eğitim durumu gibi demografik faktörlere göre anlamlı bir fark göstermez.
- H10:** Çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ilişki doyumları, cinsiyet, yaş, eğitim durumu gibi demografik faktörlere göre anlamlı bir fark gösterir.
- H11:** Çocukluk çağı travmalarının daha ağır düzeylerine maruz kalan bireylerin ilişki doyumları, daha düşük olacaktır.
- H12:** Çocukluk çağı travmalarının daha ağır düzeylerine maruz kalan bireylerin ilişki doyumları, daha düşük olacaktır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1 Çocukluk Çağı Travmaları

Çocukluk çağı travmalarının ruhsal bozukluklar üzerindeki etkilerine dair bilimsel değerlendirmeler, ilk olarak II. Dünya Savaşı sonrasında kayda alınmaya başlanmış ve sonrasındaki gelişmelerin beraberinde ilk veriler incelemeye koyulmuştur. Özellikle bu dönemde toplama kamplarından kurtulan ya da ebeveynlerini kaybeden çocuklar üzerinde yapılan incelemeler, yapılan araştırmaların odak noktası olmuştur. İleri ki yıllarda, doğal afetlerin çocuklarda yol açtığı psikolojik tepkiler ve buna benzer diğer olaylarda bu araştırmaların konusu haline gelmiştir (Terr, 1983; Aptekar & Boore, 1990).

Tarih boyunca çocuklar farklı sebepler neticesinde ihmal edilmiş, fiziksel veya cinsel istismara maruz kalmalarından kaynaklı çocukluk çağı travmalarına maruz kalmıştır (Yenibaş & Şirin, 2007). Bu araştırmaların çok öncesinde çocuk istismarına yönelik ilk tıbbi tanımlamalar, 1860 yılında Profesör Tardieu tarafından yapılmıştır. Özellikle Tardieu'nun yapmış olduğu çalışmalarda otopsielerde, fiziksel ve cinsel istismara uğramış, şiddet nedeniyle yaşamını yitirmiş çocuk vakalarına dikkat çekilmiştir (akt. Çakmak, 2016). İlerleyen yıllarda ise Henry Kempe'nin 447 istismar mağduru çocuk üzerinde gerçekleştirdiği çalışma, bilimsel literatürde ilk kez "*çocuk istismarı*" teriminin kullanıldığı çalışma olarak kayıtlara geçmiştir. Özellikle Kempe, 1962 yılında fiziksel ve cinsel şiddet mağduru çocuklar için "*battered child*" (hırpalanmış çocuk) kavramını ortaya atmış ve zamanla bu kavram "*child abuse*" (çocuk istismarı) terimine dönüşmüştür (Kempe ve ark., 1985; Pressel, 2000). Diğer yandan yapılan çalışmaların ardından çocuk istismarı konusu ABD (Amerika Birleşik Devletleri) başta olmak üzere birçok ülkede akademik incelemelerin odağı haline gelmiştir. 1972 yılında Caffey ve çalışma arkadaşları, "*dövülmüş bebek sendromu*"nu tanımlayarak çocukluk çağındaki fiziksel istismar vakalarının bilimsel literatürdeki yerini daha da pekiştirmiştir (Kempe ve ark., 1985; Van Der Kolk & Greenberg, 1987; Pressel, 2000).

Bunun yanı sıra yaşanan gelişmeler, 1989 yılında Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesi kabul edilmiş ve devletlerin çocukların korunmasına ilişkin yükümlülükleri uluslararası düzeyde güvence altına alınmıştır (Polat, 2001).

Türkiye’de ise çocukluk çağı travmalarına ilişkin bilimsel çalışmalar görece daha yeni olup, bu alandaki araştırmalar son yıllarda artış göstermeye başlamıştır (Polat, 2007). Çocukluk çağı travmaları, çocuğun beklenmedik veya sürekli maruz kaldığı dışsal tehditler hasebiyle mevcut başa çıkma mekanizmalarının zayıfladığı ve psikolojik dengesinin bozulduğu durumlar olarak literatürde açıklanmaktadır (Terr, 1995: s.301). Literatürde çocuk istismarı ve ihmal kavramları, çocukluk çağı travmaları başlığı altında ele alındığı görülmektedir. Çocuğun temel ihtiyaçlarının fiziksel, duygusal ve psikolojik olarak yeterince karşılanmaması, fiziksel veya sözlü şiddete maruz kalması, cinsel temasa zorlanması vb. travmatik deneyimlerin ortaya çıkmasına neden olduğuyula ilgili olduğu yönünde ortak bir görüş hakimdir (Brown ve Winkelman, 2007: s. 684-697).

Çocukluk çağı travmaları genel olarak iki ana kategoride incelenmekte ve bunlar genel olarak çocuk istismarı ve çocuk ihmali olarak açıklanmaktadır (Kara, 2004: s. 140-151). Çocuk istismarı fiziksel, duygusal, psikolojik veya sosyal şiddet içerirken; çocuk ihmali, çocuğun bakımından sorumlu kişiler tarafından temel ihtiyaçlarının karşılanmaması şeklinde açıklanmaktadır. Travmatik deneyimler ise çocuğun ebeveynleri, aile bireyleri, akranları veya dış çevredeki bireyler tarafından bilinçli ve bilinçsiz olarak iki ana başlıkta yaşatılabilmektedir. Çocukların fiziksel veya duygusal gereksinimlerinin yeterince karşılanmaması durumu, kötü muamele olarak değerlendirilmektedir (Yurdakök ve İnce, 2010: s. 423).

Çocukluk çağı travmalarının; fiziksel, duygusal, psikolojik ve cinsel alt kategorilere ayrıldığı görülmektedir. Çocukluk çağındaki ihmalin; fiziksel ve duygusal ihmal olarak iki temel gruba ayrılmaktadır (Yurdakök ve İnce, 2010: s. 423). Yaşatılan olumsuz deneyimler çocuğun salt ailesi tarafından değil, aynı zamanda sosyal çevresindeki diğer bireyler tarafından da yaşatılabilmektedir.

Çocukluk döneminde yaşanan ve kronikleşen travmatik olaylar, bireyin kişilik gelişimi üzerinde derin ve kalıcı izler bırakmaktadır. Özellikle sürekli olarak istismara maruz kalan çocuklar, buldukları ortamda uyum sağlamakta güçlük çekmekte ve sağlıklı gelişim kapasitelerini tam olarak ortaya koyamamaktadır (Kara, 2004: s. 140-151). Bu durum, özellikle hem fiziksel hem de bilişsel gelişimde gerilemelere yol açmakta, hafıza, algı ve bilişsel süreçlerde çeşitli anormal değişimlerin ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Çocukluk çağında yaşanan travmalar, bireyin ilerleyen yaşlarında psikolojik ve fizyolojik düzeyde çeşitli semptomlarla kendini gösterebilen davranışlar olarak ortaya çıkabilmektedir (Kara, 2004: s. 140-151).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), çocuk istismarı ve ihmalinin tanımını şu şekilde yapmaktadır: 18 yaş altındaki bireylerin fiziksel, duygusal, cinsel veya ekonomik açıdan zarar görmesi, ihmal edilmesi ve kötü muameleye maruz bırakılması durumu (WHO, 1999). Çocukluk dönemindeki travmatik deneyimler, bireyin yalnızca çocukluk ve ergenlik sürecini değil; yetişkinlik dönemindeki psikososyal uyumunu da negatif yönde etkilemektedir. Çocuklukta maruz kalınan travmaların bireyin yaşam boyu fiziksel, ruhsal ve mental gelişiminde çeşitli sorunlara yol açarak, bireyin hayatının ilerleyen dönemlerine de sirayet ettiği bilinmektedir (Herman, 2007: s.125).

### **2.1.1 Çocukluk Çağı Travmalarının Tanımı**

Çocukluk çağı travmalarının küresel çaptaki çalışmalarının resmi olarak açıklanması şu şekildedir: Çocukluk çağı travmaları, yetişkin bir bireyin bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde gerçekleştirdiği eylemler sonucunda çocuğun fiziksel, psikolojik ve sosyal sağlığını olumsuz etkileyen deneyimler olarak izah edilmiştir. Özellikle bu tür travmalar, yalnızca bireysel düzeyde değil, aynı zamanda hukuki, toplumsal ve sağlık alanlarında da önemli etkiler barındırdığı için farklı disiplinlerce çeşitli şekillerde açıklanmaktadır. Çocuğun temel gereksinimlerinin beslenme, barınma, giyinme, eğitim ve diğer yaşamsal ihtiyaçların karşılanmaması gibi durumlarda çocuk ihmali olarak da adlandırılmaktadır. Çocuğa karşı doğrudan zarar verici bir eylemin varlığı istismarı ifade ederken, bakım verenin gerekli sorumlulukları yerine getirmemesi ve pasif bir şekilde zarar oluşmasına sebep olması, ihmal olarak değerlendirilmektedir.

Çocuk istismarı ve ihmali, çocuğun bakımından sorumlu kişilerin olumsuz davranışları veya eksik müdahaleleri sonucunda gelişen travmatik süreçleri de kapsamaktadır. Çocuk istismarı, kültürel normlara göre değişkenlik gösterebilmekte ve toplumların değer yargıları doğrultusunda şekillenebilmektedir.

Bu iki kavramı detaylıca ele aldığımızda ise fiziksel istismar, Brown ve Anderson (1991) tarafından, bireyin kendisinden beş yaş büyük biri ya da aile içerisindeki iki yaş büyük bir birey tarafından fiziksel saldırıya maruz kalması olarak tanımlanmıştır. Lakin bu saldırılar, kardeşler arasındaki doğal rekabet ya da akran kavgaları gibi fiziksel temas içermeyen durumları kapsamaz. Cinsel istismar; bireyin 18 yaşına ulaşmadan, kendisinden en az beş yaş büyük biri veya aileden iki yaş büyük bir bireyle, okşama ile başlayan ve cinsel ilişkiye kadar uzanan her türlü cinsel teması içeren bir kavramdır.

Duygusal istismar, Walker, Bonner ve Kaufmann (1988) tarafından; çocuğun ruhsal ve duygusal sağlığını tehlikeye atabilecek sözlü tehditler, alaycı ifadeler veya küçük düşürücü söylemlerle gerçekleştirilen zarar verici davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel ihmal, çocuğun temel gereksinimlerinden olan güvenlik, beslenme, eğitim veya tıbbi bakım gibi unsurların yeterince karşılanmaması anlamına gelirken; duygusal ihmal, çocuğun sevgi, ilgi, bağlılık, psikolojik destek ve terbiyeye yönelik gereksinimlerinin göz ardı edilmesi olarak değerlendirilmektedir.

Kara, Biçer ve Gökalp (2004), istismarın aktif bir zarar verme durumu olduğunu, ihmalin ise çocuğun temel gereksinimlerinin pasif bir şekilde karşılanmaması sonucu ortaya çıkan bir süreç olduğunu vurgulamaktadır (Yurdakök, 2010). Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF, 1986), çocuklara yakın bireylerin bilinçli ya da bilinçsiz hareketleri veya ihmalleri sonucunda oluşan zararları, çocuk istismarı ve ihmali kapsamında değerlendirmektedir. Çocukluk çağı travmaları yalnızca fiziksel veya duygusal istismar ile sınırlı kalmayıp aynı zamanda ebeveynin veya bakım verenin kaybı, boşanma, göç, kazalar, şiddete tanıklık etme ve doğal afetlere maruz kalma gibi farklı yaşam olaylarıyla da ortaya çıkabilmektedir (Herman, 1992; Şar, 2012). Özellikle bu tür olaylar, çocuğun gelişim sürecinde önemli psikososyal etkilere ve uzun vadeli psikolojik sonuçlara sebebiyet verebilmektedir.

Çocukluk çağı travmalarının bilimsel düzeyde ilk kez ele alan araştırmacılardan biri olan Kempe ve Helfer (1972), ebeveynlerin ve bakım verenlerin ihmalkâr ve kasıtlı eylemleri sonucunda çocukların kazaya bağlı olmayan zararlar görmesini çocukluk çağı travmaları kapsamında değerlendirmiştir (Kempe & Helfer, 1972). Benzer şekilde, Gabrino ve Gilliam (1980) ile Oral ve arkadaşları (2001), çocukluk çağı travmalarını, bakım verenlerin çocuk üzerinde toplumsal normlara ve uzman görüşlerine aykırı, zarar verici etkiler oluşturabilecek tüm eylem ve eylemsizlikleri olarak tanımlamıştır.

Bir başka çalışmada ise Çakıcı ve arkadaşları (2003), çocukluk çağı travmalarını doğumdan itibaren 18 yaşına kadar bakımını üstlenen ebeveyn veya bakıcı tarafından çocuğa yönelik kaza dışı zararlı davranışların tümü olarak tanımlamaktadır. Başka bir tanıma göre ise çocuk istismarı ve ihmali, yalnızca ebeveynler tarafından değil, çocuğun bakımından sorumlu diğer yetişkinler tarafından gerçekleştirilen, çocuğun fiziksel, bilişsel, duygusal veya cinsel gelişimini engelleyen, beden ve ruh sağlığına zarar veren, toplumsal kurallar ve uzman görüşleri doğrultusunda uygunsuz ve zararlı kabul edilen tüm eylem ve eylemsizlikleri kapsamaktadır (Kepenekçi, 2001; Taner & Gökler, 2004).

Güler ve arkadaşları (2002), çocuk istismarı ve ihmali kavramını çocuğun ebeveynleri, bakımından sorumlu kişiler veya yabancılar tarafından sağlığına zarar verecek şekilde fiziksel, zihinsel, duygusal veya sosyal gelişimini olumsuz yönde etkileyen her türlü davranışa maruz kalması olarak tanımlamaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ise çocukluk çağı travmalarını ihmal, fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal istismar olmak üzere dört ana başlık altında ele almaktadır (Runyan ve ark., 2002).

Türkçede ise “*çocukluk çağı travmaları*” terimi çoğunlukla “*çocuk istismarı ve ihmali*” şeklinde kullanılmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998; akt. Kaplan, 2012). Çocuk istismarı ve ihmali ile ilgili farklı tanımlamalar yapılmakta olup, bu tanımlar zaman içerisinde kültürden kültüre değişkenlik göstermektedir (Kars, 1996). Bir toplumda istismar veya ihmal olarak değerlendirilen bir durum, başka bir kültürde farklı algılanabilmekte; değer yargıları, inançlar ve çocuğu disipline etme yöntemleri bu kavramların şekillenmesinde etkili olmaktadır (Zeytinoğlu, 1991).

### **2.1.2 Çocukluk Çağı Travmalarının Türleri**

Çocukluk döneminde yaşanan fiziksel, duygusal, cinsel istismar ile ihmal, hem genel nüfusta hem de ruhsal rahatsızlıkları olan bireyler arasında yaygın bir şekilde gözlemlenmektedir. Çocuğun bakımından sorumlu olan kişiler tarafından sağlanması gereken bu zorunlu ihtiyaçlar; barınma, beslenme, güvenlik, sağlık ve eğitim gibi temel ihtiyaçların karşılanmaması gibi durumlarda çocuk ihmali olarak açıklanmaktadır. Literatür incelendiğinde, istismar ve ihmal kavramları genellikle birbirinden bağımsız şekilde ele alındığı görülmektedir. Alanyazına daha kapsamlı bir bakış açısıyla bakıldığında çocukluk çağı istismarı, çocuğun bakım verenleri veya ebeveynleri tarafından fiziksel, duygusal ve cinsel yönden zarar görmesi olarak tanımlanmaktadır. Buna karşın, çocuk ihmali kavramı, çocuğun güvenlik, sağlık, eğitim, sevgi, ilgi, bakım ve barınma gibi temel gereksinimlerinin ebeveynler veya bakım verenler tarafından yeterli düzeyde karşılanmaması olarak açıklanmaktadır (McCoy & Keen, 2014).

### 2.1.2.1 Fiziksel İstismar

Fiziksel istismar türünde genel olarak ebeveyn ya da bakım veren tarafından çocuğa yönelik fiziksel zarar verici eylemler, fiziksel istismar olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin 18 yaşını doldurmamış bir çocuğun, kendisinden yaşça büyük bir aile üyesi tarafından fiziksel şiddete maruz kalması durumu da bu kapsamda değerlendirilmektedir.

Mağdur edilen çocuk, bu durumu akran çatışmaları veya kardeşler arasındaki rekabet ile aynı şekilde algılamamaktadır. Bu anlamda fiziksel istismar; kafa travmaları, yaralanmalar, kırıklar ve iç organ hasarları gibi ciddi sağlık sorunlarına yol açabilmektedir. Bunun yanı sıra çocuğun kapalı bir alanda zorla tutulması, bağlanması gibi fiziksel kısıtlamalar da fiziksel istismar kapsamında değerlendirilmektedir. Fiziksel istismar, ebeveyn veya çocuğun bakımından sorumlu kişiler tarafından fiziksel zarar verme yoluyla gerçekleşebilmektedir. Bu zarar doğrudan fiziksel şiddet uygulamak, vurmak, sert darbelere maruz bırakmak şeklinde olabileceği gibi aynı zamanda çocuğun ısırılması, sarsılması, farklı fiziksel saldırı yöntemleriyle travmaya maruz kalması şeklinde de ortaya çıkabilmektedir.

Fiziksel ihmal, çocuğun temel ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucu ortaya çıkan bir durum olarak da açıklanabilir. Barınma, beslenme, giyim ve sağlık hizmetlerine erişim gibi temel gereksinimlerin sağlanmaması, çocuğun potansiyel tehlikelere karşı korunmasız bırakılması, fiziksel ihmalin göstergeleri olarak değerlendirilmektedir. Çocuğun yalnız bırakılması, evden uzaklaştırılması, sokakta yaşamak zorunda bırakılması, temiz ve uygun kıyafetlerin bulunmaması, sağlık hizmetlerinden mahrum bırakılması, gerekli tedavilerin ihmal edilmesi vb. gibi faktörler fiziksel ihmale sebebiyet veren olaylar arasında yer almaktadır. Yaşatılan ihmaller, çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişiminde kalıcı hasarlar bırakabilecek uzun vadeli olumsuz etkiler oluşturmaktadır.

### 2.1.2.2 Cinsel İstismar

Amerikan Ulusal Çocuk İstismarı ve İhmal Merkezi cinsel istismarı, yetişkin bireylerin çocuklarla olan etkileşimlerini cinsel dürtülerini tatmin etmek amacıyla kullanmaları olarak tanımlamaktadır. Cinsel istismar yalnızca yetişkinler ile çocuk arasında geçen bir istismar türü olmayıp, yaş farkı bulunan çocuklar arasında da meydana gelebilmektedir. Daha güçlü ve kontrol sahibi bir çocuğun, güçsüz ve savunmasız bir çocuğa yönelik gerçekleştirdiği cinsel içerikli eylemler de bu kapsama dahil edilmektedir (Arar, 2019).

Cinsel istismar, fiziksel temas içeren ve fiziksel temas içermeyen olmak üzere iki farklı kategori şeklinde değerlendirilebilir. Fiziksel temas içeren cinsel istismar, daha çok çocuğun vücuduna istem dışı dokunulması (göğüs, bacak, cinsel organ, kalça, karın vb.), çocuğun bir başkasının cinsel organına dokunmaya zorlanması, pornografik içeriklerin üretiminde çocuğun kullanılması ve her türlü cinsel birleşmeyi içeren eylemlerini kapsamaktadır.

Fiziksel temas içermeyen cinsel istismar ise cinsel içerikli konuşmalar yapmak, teşhircilik, çocuğa pornografik görüntüler veya videolar izletmek gibi fiziksel temasa dayanmayan ancak çocuğun cinsel gelişimini olumsuz etkileyen davranışları içermektedir (Eslek, 2018). Bir yetişkinin cinsel tatmin sağlamak amacıyla çocuğu kullanması, çocuğa yönelik cinsel kötüye kullanım olarak nitelendirilmektedir. Yalnızca fiziksel temas içeren eylemlerle sınırlı kalmayıp teşhircilik, röntgencilik ve cinsel içerikli konuşmalar gibi temas gerektirmeyen, çocuğun psikolojisi üzerinde ciddi travmatik etkilere neden olan davranışları da içermektedir.

Cinsel istismar vakalarında şiddet unsurunun varlığı, çocuğun rızası ya da isteği gözetilmeksizin eylem, istismar olarak kabul edilmektedir. Çocuğun fuhşa zorlanması, pornografik materyallerin nesnesi haline getirilmesi, cinsel organlarına dokunulması veya cinsel içerikli davranışlara maruz bırakılması cinsel istismar kapsamı altında yer almaktadır. Cinsel gelişimi henüz tamamlanmamış bir çocuğun fiziksel zor kullanma, tehdit veya manipülasyon yoluyla bir yetişkinin cinsel arzularını tatmin etmek için kullanılması da cinsel istismar kapsamında değerlendirilmektedir. Yapılan araştırmalar, cinsel istismarın tanımı konusunda çeşitli yaklaşımlar geliştirse de çocuğa yönelik her türlü cinsel içerikli davranışın istismar başlığı altında değerlendirilmesi gerektiği günümüzde daha yaygın kabul gören bir yaklaşımdır.

Cinsel istismar yetişkin ve çocuk arasındaki bir eylem olarak değil, aynı zamanda iki çocuk arasındaki yaş farkının dört yıl ve üzeri olması durumunda ve daha küçük

çocuğun zorlama, tehdit veya ikna yoluyla cinsel eylemlere maruz bırakılması halinde de istismar olarak ele alınmaktadır. Yaş farkı gözetilmeksizin teşhircilik, cinsel içerikli sözlü saldırılar gibi bazı eylemlerin de istismar kapsamında değerlendirilmesi gerektiğini savunan görüşler bulunmaktadır.

Cinsel istismar, mağdur ile fail arasındaki ilişkinin niteliğine bağlı olarak ensest olarak da tanımlanabilmektedir. Özellikle ensest, çocuk ya da ergenin kendisine kan bağı ile bağlı bir birey, bakımından sorumlu olduğu kişiler tarafından cinsel istismara maruz kalmasıdır. Bu kavramın tanımına ilişkin farklı görüşler bulunmaktadır. Bazı araştırmalarda bu durum; ensestin yalnızca çekirdek aile içerisinde gerçekleşen cinsel istismar ile sınırlandırırken bazı araştırmalar, kan bağına bakılmaksızın çocuğun temel bakımını üstlenen ve onun gelişiminden sorumlu olan tüm bireyleri bu kategoriye dahil etmektedir. Son yıllarda ensestin sadece cinsel ilişkiyi değil, her türlü cinsel içerikli davranışı kapsayan geniş bir çerçevede ele alınması gerektiği yönündeki görüşler ağırlık kazanmaktadır.

Cinsel istismarın etkilerini belirleyen bir takım çeşitli değişkenler de bulunmaktadır. Bu değişkenler arasında istismarın türü ve şiddeti, mağdurun yaşı ve cinsiyeti, fiziksel istismarın eşlik edip etmemesi, istismarın kaç kez yaşandığı, sıklığı ve süresi gibi faktörler yer almaktadır. Bahsi geçen değişkenler, mağdurun yaşadığı psikolojik ve fiziksel travmanın derecesini belirlemede önemli bir rol oynamaktadır. Cinsel istismara uğrayan çocuklarda, travmanın psikolojik ve fiziksel etkilerine bağlı olarak çeşitli semptomlar gözlemlenebilmektedir. Oturmada güçlük çekme, sık sık kabuslar görme, alt ıslatma, iştah kaybı veya iştah artışı, yetişkin bireylere karşı aniden aşırı yakınlık gösterme ya da tam tersi şekilde onlardan kaçınma gibi belirtiler, cinsel istismar mağduru bir çocukta gözlemlenebilecek tepkiler arasında yer almaktadır.

Cinsel istismarın ağır psikolojik yükü nedeniyle mağdurlar, yaşadıkları travmayı açığa çıkarmaktan korkarak bu durumu gizleme eğiliminde olabilmektedir. Cinsel istismarın tespit edilmesi ve ortaya çıkarılması çoğu zaman zor olmakta, vakaların büyük bir kısmı gizli kalmaktadır. Cinsel kötüye kullanım, mağdurun yaşamında derin izler bırakan lakin resmi istatistiklerde en az kayıtlı olan travma türlerinden biri olarak değerlendirilmektedir.

Cinsel istismar, hem istismar sırasında hem de sonrasında mağdurlarda farklı psikolojik sorunların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Yapılan araştırmalara göre cinsel istismar mağdurlarında dissosiyatif bozukluklar, intihar eğilimleri, obsesyonlar, uyku bozuklukları, cinsel işlev bozuklukları ve madde bağımlılığı gibi psikolojik

sorunlara daha sık rastlanmaktadır. Bu durum cinsel istismarın bireyin yaşamı boyunca ciddi ruhsal ve fiziksel sorunlara yol açabilen uzun vadeli etkiler kaydettiğini ortaya koymaktadır.

### 2.1.2.3 Duygusal İstismar

Duygusal istismar kavramına yönelik yapılan tanımlamalar; kişilik gelişimini ve duygusal bütünlüğünü olumsuz yönde etkileyen ve genellikle sürekli tekrar eden süreçte sistematik bir şekilde uygulanan davranışlar bütünü olarak açıklandığı görülmektedir. Yapılan araştırmalar, özellikle bireylerin duygusal istismarın yalnızca bireysel bir travma ile kalmayıp, diğer istismar türlerinin ortaya çıkmasına da zemin hazırlayabileceğini göstermektedir (Taner & Gökler, 2004). Duygusal istismarın tespit edilmesi ve kanıtlanması, fiziksel izler bırakmaması nedeniyle oldukça zor olmaktadır. Duygusal istismarın önlenmesini de güçleştiren temel faktörlerden biri olarak görülmektedir.

Duygusal istismar ile duygusal ihmal sıkça birbiriyle karıştırılsa da aslen bu iki kavram arasında farklılıklar mevcuttur. Duygusal ihmal, çocuğun gelişimi için gerekli olan sevgi, ilgi ve desteği yeterince görememesi, bakım veren ve ebeveynler tarafından bu ihtiyaçlarının karşılanmaması olarak tanımlanmaktadır (Yiğit & Erden, 2015). Duygusal istismar ise , çocuğun psikolojik bütünlüğüne zarar veren ve onun öz değerini, güven duygusunu ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen sözlü veya davranışsal eylemleri kapsamaktadır.

Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda ailesine veya bakım verenine karşı mesafeli durma, kaygı, bağımlılık, uyumsuz davranışlar, öfke patlamaları, saldırganlık eğilimleri ve değersizlik duygularının yoğun olduğu gözlemlenmektedir (Topbaş, 2004). Bu tür travmalar, çocuğun sosyal gelişimini olumsuz yönde etkileyerek ilerleyen yaşlarda düşük öz saygı, özgüven eksikliği ve psikolojik rahatsızlıklara yatkınlık gibi uzun vadeli süreçlerde olumsuz neticeler doğurabilmektedir.

Duygusal istismarın yaygın örnekleri arasında; ergenlerde alay etme, baskı kurma, küçümseme, hakaret etme, tehditkar ifadeler kullanma, suçlama, lakap takma, başkalarıyla kıyaslama, fikirlerini görmezden gelme gibi tutumlar yer almaktadır. Tanımlanması güç bir istismar türü olmasına rağmen yapılan araştırmalar, duygusal istismarın hem kız hem de erkek çocuklarında benzer oranlarda görüldüğünü ortaya koymaktadır. Özellikle 6-8 yaş aralığında yaygın olarak gözlemlenen duygusal istismarın, ergenlik döneminde de devam edebildiği tespit edilmiştir (Açar, 2018).

Çocuklukta yaşanan duygusal travmaların, bireyin ruhsal gelişimini uzun vadede etkileyebileceğini ve psikososyal uyum süreçlerinde çeşitli sorunlara yol açabileceğini göstermektedir (Işıklı, 2008: s. 153).

Duygusal istismar, çocuğun psikolojik gelişimini olumsuz etkileyerek özsaygı kaybı, depresyon, kaygı bozuklukları ve antisosyal davranışlar gibi çeşitli ruhsal problemlere yol açmaktadır (Glaser, 2002: s. 698). Duygusal istismar ile özgüven eksikliği arasındaki güçlü ilişki birçok araştırmada vurgulanmaktadır. Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda okul başarısında belirgin bir düşüş gözlenmekte olup, bu durum dikkat dağınıklığı, öğrenme güçlüğü ve bilişsel gelişimde aksaklıklar gibi sorunlarla ilişkilendirilmektedir. İstismar mağduru çocuklar, yaşadıkları çevrenin güvensiz olduğunu, her an bir tehlikeyle karşı karşıya kalabileceklerini düşünerek değersizlik, yalnızlık ve korku hisleri geliştirmektedir. Bu duygular, travma sonrası stres bozukluğu, tetikte olma hali ve duygusal uyuşma gibi semptomlarla kendini gösterebilmektedir (Işıklı, 2008: s. 153).

Duygusal istismar bireyin psikolojik gelişimini sekteye uğratmakla kalmayıp, davranışsal bozukluklar ve kimlik gelişiminde sorunlar yaşanmasına da neden olmaktadır. Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda, antisosyal eğilimler veya aşırı içe kapanıklık gibi iki zıt karakteristik özellik gelişebilmektedir. Duygusal istismar çoğu zaman fiziksel istismarla birlikte ortaya çıkmaktadır. Fiziksel istismar mağdurlarına rağmen duygusal istismarın etkileri bireyin tüm yaşamı boyunca devam edebilmektedir. Çocuğun duygusal bağ kurma yetisini ve sağlıklı ilişki geliştirme becerisini olumsuz yönde etkileyerek, yetişkinlik dönemine kadar uzanan psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Dinleyici ve Dağlı, 2016: s. 1-8).

Çocuğun psikososyal ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması, eğitim hayatında, sosyal normları öğrenme sürecinde ve topluma uyum sağlama becerisinde önemli eksiklikleri beraberinde getirmektedir (Glaser, 2002: s. 698).

Duygusal istismar; çocuğun veya ergenin psikolojik bütünlüğüne zarar verebilecek nitelikte olan her türlü sözel, duygusal veya davranışsal baskı ve manipülasyonları içermektedir. Aşağılamak, tehdit etmek, korkutmak, yaşına uygun olmayan sorumluluklar yüklemek, yalnız bırakmak, kardeşler arasında ayırım yapmak, bağımlı hale getirmek, küfür etmek, değersiz hissettirmek, küçük düşürmek, lakap takmak, bağırarak ve aşırı korumacı tutum sergilemek, duygusal istismarın yaygın örnekleri arasında yer almaktadır. Duygusal istismar, alanyazındaki diğer istismar türlerine eşlik eden bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır (Gültekin, 2004: s. 13-18).

Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda aileden uzaklaşma, içe kapanıklık, bağımlı kişilik özellikleri geliştirme, uyum sorunları, aşırı gergin olma, değersizlik hissi ve saldırganlık eğilimleri gibi belirtiler yaygın olarak gözlemlenmektedir. Uzun vadede bireyin kişilik gelişimini olumsuz etkileyerek ruhsal bozukluklara ve sosyal ilişkilerde sorunlara yol açabilmektedir (Çam ve Bakış, 2002: s.29-32).

### **2.1.3. Çocukluk Çağı Travmalarının Psikolojik ve Fiziksel Etkileri**

Literatürdeki çalışmalar, çocukluk döneminde yaşanan travmatik olayların bireyin psikolojik iyi oluşunu önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir (Briere, 1988: s.457). Özellikle Turner ve Butler tarafından yapılan bir çalışmalar, çocukluk döneminde karşılaşılan travmaların, özellikle erken yetişkinlik döneminde depresyon gibi psikolojik bozukluklar için risk faktörü oluşturduğunu ortaya çıkarmıştır (Turner ve Butler, 2003: s.89). Araştırmada ayrıca, aile içi şiddete tanık olmanın bile çocuğun ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceği de tartışılmıştır. Dolayısıyla travmatik deneyimlere maruz kalan bireylerin ilerleyen yaşlarında alkol ve madde kullanımı, riskli cinsel davranışlar gibi çeşitli zararlı alışkanlıklara yönelme eğiliminde oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Feltti, 1998: s.245).

Çocukluk döneminde yaşanan istismar, bireylerde kısa vadede kaygı ve stres yaratmakla kalmaz, aynı zamanda bireyin genel sağlığı ve psikolojik işleyişi üzerinde uzun vadeli olumsuz etkiler yarattığı yönünde sonuçlara da ulaşılmıştır. Bu noktada yapılan araştırmalar, istismara maruz kalan çocukların ilerleyen dönemlerde fiziksel, psikolojik ve sosyal birçok sorunla karşı karşıya kaldığı sonucuna ulaşmıştır (Brown, 1999: s.1490). Bunun yanı sıra çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimler, alt ıslatma ve parmak emme gibi regresif davranışlara yol açabilirken, ergenlik ve yetişkinlik döneminde suça eğilim, antisosyal davranışlar ve ebeveyn olduğunda kendi çocuklarına yönelik kötü muamele gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Hart ve Dutton, 1992: s. 132).

Bu bağlamda yapılan çalışmalara odaklandığımızda ise, Briere ve Runtz'un (1988) yapmış olduğu çalışmanın verilerinde; maruz kalınan istismar türü spesifik psikolojik sonuçlara neden olmaktadır (Briere ve Runtz, 1988: s.457). Örneğin, fiziksel istismar, bireyde saldırgan davranışlara, duygusal istismar düşük özsaygıya, cinsel istismar ise uyumsuz cinsel tutum ve davranışlara yol açmaktadır (Reiker ve Cerman, 1998: s.360). Ayrıca, cinsel istismarın, bireyin kimlik algısını derinden zedelediği ve bu

durumun kendine zarar verme, intihar düşünceleri geliştirme riskini artırdığı ifade edilmektedir. Öte yandan, duygusal istismar ile yeme bozuklukları arasında güçlü bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Rorty, 1994: s.1194).

Araştırmalar, genellikle çocukluk çağında istismara uğramanın, bireyin yetişkinlik döneminde yeniden istismara maruz kalma olasılığını artıran önemli bir risk faktörü olduğunu göstermektedir (Mullen, 1994: s.7-21). Messman-Moore ve Brown (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, çocuklukta cinsel istismara uğrayan kadınların, yetişkinlikte cinsel saldırıya uğrama oranlarının, istismar yaşamamış kadınlara kıyasla iki kat daha fazla olduğu ortaya konmuştur (Messman-Moore ve Brown, 2004: s.1030).

Küresel ölçekte yapılan bir başka araştırma da ise, toplamda 21 ülkeden 55.299 kişi üzerinde gerçekleştirilen çalışmalar sonucunda, çocukluk çağında yaşanan istismar ile yetişkinlikte görülen intihar düşünceleri ve intihar girişimleri arasında güçlü bir bağlantı olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, çocukluk döneminde yaşanan fiziksel, duygusal ve cinsel istismar ile ihmal, bireyin yaşamı boyunca çeşitli psikopatolojik durumlara daha yatkın hale gelmesine neden olmaktadır (Bruffaerts, 2010: s.21).

Çocukluk çağında yaşanan travmatik durumların, özellikle yetişkinlik dönemindeki psikiyatrik bozukluklarla doğrudan ilişkili olduğu birçok çalışmada vurgulanmaktadır (Taner ve Gökler, 2004: s.84). Bu noktada çocukluk dönemi travmaları, bipolar bozukluk, somatizasyon bozukluğu, madde kullanım bozuklukları ve kişilik bozuklukları gibi çeşitli psikiyatrik rahatsızlıklarla ilişkilendirilmektedir (Etain, 2010: s.380). Dolayısıyla ilgili literatür incelendiğinde, çocukluk çağı istismar ve ihmalinin psikotik bozukluklarla olan bağlantısını ortaya koyan birçok çalışmaların özellikle anksiyete ve duygudurum bozuklukları, çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimlerle en sık ilişkilendirilen psikolojik rahatsızlıklar arasında yer almaktadır (Spitzer, 2008: s.339).

Cinsel istismara maruz kalan çocuklarda ise, ergenlik döneminde travma sonrası stres bozukluğu belirtileri, yıkıcı düşünceler, dünyanın güvensiz bir yer olduğuna dair bilişsel çarpıtmalar, güçsüzlük hissi, düşük özsaygı, depresyon, korku, anksiyete, fobiler, obsesif-kompulsif bozukluk ve kişilerarası ilişkilerde zorluklar gibi çeşitli sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca, bu bireylerde kaçınma davranışları, dissosiyatif bozukluklar, bellek kaybı, ilişki kurmada zorlanma, insanlara karşı genel bir güvensizlik hissi, alkol ve madde kullanımı gibi riskli davranışlara yatkınlık da gözlemlenmektedir (Semiz, 2005: s.68).

Öte yandan çocukluk çağındaki travmaların etkilerini inceleyen diğer çalışmalarda ise; Brown, Cohen, Johnson ve Smailes'in (1999) yürüttüğü araştırma, çocukluk döneminde kötü muameleye uğrayan ergen ve genç yetişkinlerin, istismar yaşamamış bireylere kıyasla depresyon yaşama veya intihar girişiminde bulunma olasılıklarının üç kat daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte, istismar türleri arasında çocukluk çağı cinsel istismarının, ergenlik döneminde intihar girişimleriyle yüksek düzeyde ilişkilendirildiği belirlenmiştir. Araştırmacılar, ergenlik döneminin, istismarın psikolojik etkilerine karşı en savunmasız yaş aralığı olduğunu ve bu nedenle daha geniş kapsamlı müdahalelerin gerekliliğini vurgulamaktadır (Brown, 1999: s.1490).

Bunun yanı sıra, çocukluk dönemi travmaları arasında yer alan istismar durumlarına maruz kalan erkeklerin, yetişkinlikte şiddete maruz kalma olasılıklarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmalar, belirli istismar türlerinin, yetişkinlikte belirli şiddet eylemleriyle doğrudan bağlantılı olabileceğini göstermektedir. Örneğin, fiziksel istismar geçmişine sahip erkeklerin, ilerleyen yaşlarında fiziksel şiddet mağduru olma ihtimallerinin daha fazla olduğu belirlenmiştir (Hart ve Dutton, 1992: s. 132).

Tüm bu bulgular, çocukluk çağında yaşanan travmaların bireyin yaşamının farklı evrelerinde psikolojik iyi oluşunu ve yaşam kalitesini doğrudan etkileyen faktörler olduğunu ortaya koymaktadır. Literatürdeki mevcut çalışmalar, çocukluk travmaları ile ilerleyen yaşlarda ortaya çıkan psikolojik ve sosyal sorunlar arasındaki güçlü ilişkiyi desteklemektedir. Bu doğrultuda, çocukluk döneminde maruz kalınan istismar ve ihmale yönelik erken müdahalelerin, bireyin uzun vadeli ruh sağlığını korumada kritik bir rol oynadığı söylenebilir (Örsel, 2011: s.135).

Bu anlamda çocukluk çağında yaşanan travmatik olaylar, özellikle bireylerin davranışsal, sosyal, bilişsel ve duygusal gelişimini doğrudan etkilediğini göstermektedir. Bu anlamda davranışsal açıdan baktığımızda ise en sık görülen davranışlar arasında madde kullanımı, yeme bozuklukları, intihar eğilimleri, riskli cinsel davranışlar, sigara kullanımı ve uyku bozuklukları gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Sosyal açıdan, ilişki kurma ve sürdürmede güçlükler, kaçınmacı ya da zorbalık içeren sosyal tutumlar, evsizlik ve yetişkinlikte tekrar istismar kurbanı olma gibi risk faktörleri gözlemlenmektedir. Bilişsel düzeyde ise, dünya ve diğer insanlar hakkında olumsuz algılar geliştirme, güvensizlik hissi ve umutsuzluk duygusu gibi psikolojik etkiler ortaya çıkabilmektedir. Duygusal açıdan ise, depresyon, anksiyete, travma sonrası stres bozukluğu ve düşük

özsaygı gibi psikolojik rahatsızlıklar, çocukluk çağında yaşanan travmatik olaylarla doğrudan ilişkilendirilmektedir (Örsel, 2011: s.135).

#### **2.1.4. Çocukluk Çağı Travmalarının Yetişkinlik Dönemine Etkileri**

Çocukluk dönemi travmaları ve olumsuz yaşantılar, genel olarak bireylerin davranışsal, fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimini derinden etkileyerek, yaşam boyu süren psikopatolojik riskler olarak ortaya çıkan sorunlar olarak görülmektedir (Meuret et al., 2011). Özellikle erken yaşlarda travmaya maruz kalan bireyler, kendilerinde doğuştan bir eksiklik olduğunu, sevilmeye değer olmadıklarını ve çaresiz oldukları inancına kapılabilmektedir. Bu tür düşünce durumlarında kişilerde, kendilik algısında bozulmalara yol açmaktadır ve bu da kendine zarar verici davranışların gelişmesine zemin hazırlamaktadır. Dolayısıyla çocukluk çağında yaşanan bu tür deneyimler bireyi, ilerleyen yaşlarda karşılaşılabileceği travmatik olaylara karşı daha kırılgan ve savunmasız hale getirmektedir (Moroz, 2005).

Bunun yanı sıra çocuklukta maruz kalınan travmaların etkileri, yalnızca erken dönemle sınırlı kalmayıp yetişkinlikte de devam eden bir çaresizlik hissi yaratabilmektedir. Özellikle çocukken kendini koruyamama deneyimi, yetişkinlikte stresle başa çıkma kapasitesinin düşük olduğu inancını güçlendirebilmektedir. Bu durum, bireyin korku, güvensizlik ve karamsarlık duygularına kapılmasına neden olarak ortaya çıkan depresyon ve anksiyete gibi psikolojik bozuklukların gelişme riskini artırmaktadır (Dursunkaya, 2007).

Bu noktada yapılan birçok araştırma gösteriyor ki, çocukluk çağı travmaları ile depresif bozukluklar ve anksiyete bozuklukları arasındaki güçlü bağlantı olduğu söz konusudur (Bilginer vd., 2013). Özellikle travmaya maruz kalmanın türüne göre bireylerde farklı psikolojik sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Bu noktada fiziksel istismara uğrayan bireylerde ilerleyen yaşlarda engellilik ve duygusal uyum problemleri, cinsel istismara maruz kalan bireylerde güven problemleri ve heteroseksüel ilişkilerde zorluklar, ihmal edilen bireylerde ise bilişsel işlevlerde gerilik gibi etkiler gözlemlenmektedir (Ammerman et al., 1986; Herrenkohl et al., 1997; Kendall-Tackett et al., 1993).

Öte yandan çocukluk döneminde travmaya maruz kalan bireyler, yetişkinlikte kendilerini tekrar travmatik ilişkilere ve ortamlara sürükleyebilmektedir (Herman, 2007; Tüzün vd., 2006). Bu durum, özellikle bireyin istismar deneyimlerini tekrar eden bir döngüye girmesine neden olarak, yaşam boyu süren psikolojik sorunların devamlılığını

sağlayabilmektedir. Bu yönde yapılmış araştırmalarda ise, çocukluk çağı travmalarının bireyin benlik algısını olumsuz etkilediğini ve özellikle romantik ilişkilerde güven problemleri yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Colman & Widom, 2004; Durmuşoğlu & Doğru, 2006; Loos & Alexander, 1997). Oates ve arkadaşlarının (1985) yaptığı bir araştırmada, çocuklukta istismara uğrayan bireylerin geleceğe dair umutlarının düşük olduğu ve benlik kavramlarının zayıf olduğu bulunmuştur (Oates, 1999).

Bir başka çalışmada ise, Burgess ve çalışma arkadaşları, çocukluk döneminde istismara maruz kalan bireylerin yetişkinliklerinde travmaya dair kaçınma, aşırı tepkisellik, yıkıcı davranışlar ve çaresizlik gibi düşünce kalıplarını sürdürdüklerini ve bu nedenle çocukluk dönemindeki istismar, şiddet ve saldırıya uğrama sahnelerini yetişkin ilişkilerinde de tekrar yaşadıklarını ifade etmektedir (akt. Durmuşoğlu & Doğru, 2006).

Ayrıca somatizasyon, çocukluk döneminde yaşanan travmaların ilerleyen yaşlarda fiziksel semptomlar şeklinde ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Freud, travmatik deneyimlerin bedensel belirtiler yoluyla dışa vurulabileceğini ileri sürmüştür (Freud, 1955). Çocukluk çağında bakım ihtiyacı karşılanmayan ya da bağlanma davranışları bakım veren tarafından yeterince fark edilmeyen çocuklar, fiziksel belirtiler geliştirdiğinde ilgi göreceklere dair bir inanç geliştirebilir. Bu durum, bireyin ilerleyen yaşlarında duygusal zorluklarını bedensel semptomlarla ifade etmeye eğilimli hale gelmesine neden olabilmektedir (Walker et al., 1992).

Bazı araştırmalar, duygusal istismarın bireyin öz eleştiri becerilerini zayıflattığını, fiziksel istismarın saldırgan davranışlarla bağlantılı olduğunu ve cinsel istismarın ise cinsel işlev bozukluklarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Sachs-Ericsson et al., 2006; Mullen et al., 1996). Çocukluk çağında fiziksel ve duygusal istismar ile ihmal yaşamış bireylerin, yetişkinliğe kadar süren psikopatolojik sorunlar yaşama eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Bu kapsamda yürütülen uzun vadeli bir araştırmada, çocukluk çağı travmalarının antisosyal kişilik bozukluğu gelişme riskini öngören bir faktör olduğu tespit edilmiştir (Luntz & Widom, 1994).

Başka bir araştırma, kişilik bozukluğu tanısı almış bireylerin %85'inin çocukluk döneminde istismara maruz kaldığını ortaya koymuştur (Roelofs et al., 2002). Şar ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada ise, çocukluk döneminde istismara maruz kalmanın sınır (borderline) kişilik bozukluğu ile, çocuklukta ihmale maruz kalmanın ise dissosiyatif bozukluklarla ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Şar vd., 2012).

Tüm bu bulgular, çocukluk çağı travmalarının bireyin psikolojik, duygusal, bilişsel ve sosyal işleyişinde kalıcı etkiler bıraktığını göstermektedir. Travmaya maruz

kalan bireyler, ilerleyen yaşlarda depresyon, anksiyete, kişilik bozuklukları, madde kullanımı ve bilişsel işlev bozuklukları gibi çeşitli psikopatolojik risklerle karşı karşıya kalabilmektedir. Bu nedenle, çocukluk çağında istismar ve ihmale maruz kalan bireylerin erken dönemde desteklenmesi, ruh sağlığı açısından kritik bir öneme sahiptir.

Çocukluk döneminde yaşanan travmatik olayların, yetişkinlikte kendine zarar verme davranışlarıyla olan ilişkisi birçok araştırmacı tarafından incelenmiştir. Favaro ve çalışma arkadaşlarının yaptığı bir araştırmada, fiziksel zarar verme eğilimleri ile çocukluk çağında maruz kalınan cinsel istismar arasındaki bağlantı 934 genç yetişkin kadın üzerinde değerlendirilmiş ve bu iki faktör arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Favaro et al., 2007). Benzer şekilde, McHolm ve ekibinin yürüttüğü çalışmada, fiziksel istismarın intihar düşünceleriyle güçlü bir bağ taşıdığı bildirilmiştir (McHolm et al., 2003).

Bir başka çalışmada ise, Shanta ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen ve 17.337 kişinin üç yıl boyunca takip edildiği geniş çaplı bu araştırma, çocukluk döneminde istismar ya da ihmal yaşamış bireylerin intihara teşebbüs etme riskinin iki ila üç kat daha fazla olduğunu ortaya koymuştur (Shanta et al., 2001). Türkiye’de yapılan benzer bir çalışmada ise, çocukluk çağında ihmal veya istismar yaşamış bireylerin intihar girişiminde bulunma riskinin 7,6 kat, kendine zarar verme davranışının ise 2,7 kat arttığı belirlenmiştir (Zoroğlu ve ark., 2003).

Springer ve ekibinin 2.000’den fazla kişi üzerinde gerçekleştirdiği bir başka araştırma, çocukluk döneminde ihmal ve istismara maruz kalan bireylerin yalnızca psikolojik değil, aynı zamanda fiziksel sağlık problemleri açısından da yüksek risk taşıdığını göstermektedir (Springer et al., 2007). Olumsuz çocukluk deneyimlerinin, sigara, alkol ve madde kullanımı, aşırı yemek yeme gibi zararlı alışkanlıkların gelişmesinde önemli bir risk faktörü olduğu saptanmıştır.

Bu tür riskli davranışların uzun vadede bireyin genel sağlığı üzerinde ciddi etkileri olabilmektedir. Araştırmalar, çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimlerin ilerleyen yıllarda kalp hastalıkları, solunum problemleri, inme, kemik rahatsızlıkları, diyabet ve kanser gibi kronik hastalıkların gelişmesine zemin hazırlayabileceğini ortaya koymaktadır (Kendler et al., 2000; Yang et al., 2013). Tüm bu bulgular, çocukluk çağı travmalarının yalnızca psikolojik etkilerle sınırlı kalmadığını, bireyin hem fiziksel sağlığı hem de yaşam kalitesi üzerinde uzun vadeli sonuçlar doğurduğunu göstermektedir.

## 2.2. İlişki Doyumu

İlişki doyumu, bireyin romantik ilişkisine yönelik hissettiği tatmin, mutluluk ve genel memnuniyet düzeyi olarak tanımlanmaktadır (Fletcher & Kerr, 2010). Özellikle romantik ilişkilerin sürdürülebilir olması ve aynı zamanda tatmin edici olması açısından bireylerin ilişkilerinden duydukları doyumla doğrudan bağlantılı olduğu söylenebilir. Bu nedenle ilişki doyumu, sağlıklı ilişkilerin devamlılığı açısından önemli bir kavram olarak görülmekte ve araştırmacılar tarafından sıkça ele alınan bir kavramdır.

Bu noktada ilişki doyumunun teorik anlamda ele alan Thibaut ve Kelley'nin (1959) Etkileşim Kuramı, bireylerin kendi arasındaki ilişkilerde karşılıklı fayda, eşitlik ve benzerlik gibi faktörlerin doyumu şekillendirdiğini öne sürmektedir. Etkileşim Kuramı'na göre, bireylerin aynı zamanda ilişkilerindeki doyum seviyesi, karşılıklı kazanç elde etme, adalet duygusunun korunması ve ortak özelliklere sahip olma gibi unsurlar çerçevesinde oluştuğunu açıklamaktadır. Bu bağlamda bireyler, ilişkide haklarının korunduğunu hissettiklerinde ve ortak değerleri paylaştıkları bir partnerle beraber olduklarında ilişki doyumlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir (Thibaut & Kelley, 1959).

Bu kuram, aynı zamanda ilişki doyumu dinamik bir süreç olduğunu ve bu noktada bireylerin sahip olduğu, romantik ilişkilerinde sürekli olarak bir değerlendirme süreci içinde bulunduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca ilişkilerindeki tatmin düzeyini gözden geçiren bireyler, bu değerlendirmeler sonucunda ya ilişkilerini geliştirmek adına çaba sarf etmekte ya da değişiklik yapma kararı almaktadır. Bu bağlamda, ilişki doyumunun sürekli olarak gözden geçirilmesi veya ilişkiye yönelik olumlu değişikliklerin gerçekleştirilmesi, bireylerin ilişkilerinden aldığı tatmini artırdığı söylenebilir.

Bunun yanı sıra, ilişki doyumunun kişilik özellikleri, aile yapısı, kültürel arka plan, iletişim becerileri, cinsiyet rolleri ve partnerin bağlılık düzeyi gibi çeşitli faktörlerden etkilendiği açıklanmaktadır (Kail & Cavanaugh, 2015). Bu noktada bireylerin sahip olduğu iletişim yetkinlikleri ve ilişkide yaşanan karşılıklı etkileşimlerin niteliği, ilişkinin tatmin edici olup olmadığını belirleyen temel unsurlar arasında yer almaktadır.

Tüm bu unsurlar dikkate alındığında, ilişki doyumu bireyin yalnızca romantik ilişkideki mutluluğunu değil, aynı zamanda psikolojik iyi oluşunu ve genel yaşam memnuniyetini de etkileyen önemli bir faktör olarak değerlendirilmelidir. Bu nedenle, ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için ilişkide karşılıklı iletişimin güçlü

olması, eşitlik duygusunun korunması ve bireylerin birbirlerine verdikleri değerin sürekli olarak farkında olmaları kritik bir öneme sahiptir.

### 2.2.1. İlişki Doyumu Kavramı

İlişki doyumu kavramının açıklanmasında Morgan (2013), insanın doğduğu andan itibaren ilişki kurma ihtiyacı içinde olduğunu ve bireyin psikososyal gelişimi açısından bu ihtiyacın temel bir gereklilik taşıdığını ifade etmektedir. Bu noktada bu kavrama yönelik bir diğer açıklamada ise, Sarı ve Owen (2016); ilişki doyumunun, sağlıklı ve tatmin edici bir romantik ilişki kurabilmekle doğrudan bağlantılı olduğunu vurgulamaktadır. Dolayısıyla romantik ilişkilerde, ortak ilgi alanları ve güçlü arkadaşlık bağları gibi faktörler doyum kaynağı olabilirken, bu unsurların zayıflaması durumunda ilişki doyumsuzluğu yaşanabilir ve bu da ilişkinin sona ermesine neden olabilir (Satici, 2018).

Ayrıca kavrama yönelik Hawkins (1968), ilişki doyumunu bireyin romantik ilişkisinden elde ettiği mutluluk, tatmin ve haz düzeyine dair öznel bir değerlendirme olarak tanımlamaktadır. Başka bir ifadeyle, ilişki doyumu, bireyin içinde bulunduğu ilişkiye yönelik algısını ve değerlendirmesini içermektedir. Eğer kişi, ilişkisinden olumlu ifadelerle bahsediyorsa ilişki doyumu yüksek, ancak olumsuz ifadeler kullanıyorsa ilişki doyumu düşük olarak değerlendirilmektedir (Hendrick & Hendrick, 1989).

Bir başka çalışmada ise, Rusbult (1983) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, katılımcılara ilişki doyumları, ilişkilerine yaptıkları katkılar, alternatif ilişki seçenekleri ve adanmışlık düzeyleri hakkında düzenli aralıklarla sorular yöneltilmiştir. Özellikle üç haftada bir, yedi ay boyunca toplanan veriler, partnerlerin ilişkiye yönelik adanmışlıklarının ve katkılarının, ilişki doyumu ile doğrudan bağlantılı olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra Le ve Agnew (2003) tarafından yatırım modeli teorisi temelinde yapılan 52 çalışmayı ve 11.582 katılımcıyı kapsayan bir meta-analiz, partnerlerin ilişkiye duyduğu bağlılığın dış etkenler veya alternatif romantik ilişki seçeneklerinden daha fazla ilişki doyumu ile ilişkilendirildiğini göstermektedir.

Ayrıca McGill (2020) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise, 847 heteroseksüel çiftin ilişki doyumu analiz edilmiştir. Katılımcıların %69'unun evli, %31'inin ise ciddi bir ilişki içinde olduğu bu araştırmada, partnerlerin birbirleri hakkındaki farkındalıklarının, ilişkiden alınan doyumu olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Barry ve Andrew (1993) ise romantik ilişkilerde yakınlığın, partnerlerin

birbirine olan adanmışlık seviyesi ve bilişsel-fiziksel yakınlık düzeyleriyle şekillendiğini öne sürmektedir.

Bir başka çalışma, Furman ve Hand (2006) tarafından yapılan araştırmalarda, ilişkinin süresinin ve tarafların ilişkiyi nasıl tanımladığının ilişkinin genel dinamiklerini etkileyebileceği vurgulanmıştır. Örneğin, bir ilişki içinde olan iki partnerden biri ilişkiyi özel ve romantik bir bağ olarak değerlendirirken, diğer partner aynı ilişkiyi daha farklı bir bağlamda tanımlayabilir. Bu da ilişkinin taraflar arasında farklı algılanmasına yol açabilmektedir. Sternberg ve Barnes (1985), partnerlerin birbirlerine dair algı ve değerlendirmelerinin, gerçekte yaşanan olaylardan daha fazla ilişki dinamiklerini etkilediğini vurgulamaktadır.

Cramer (2000) tarafından yapılan bir çalışmada, 65 kadın ve 30 erkek katılımcının, ortalama 4,7 yıldır romantik bir ilişki içinde olduğu belirlenmiş ve araştırma, romantik ilişkilerde yaşanan çatışmaların çözüme kavuşturulmasının, partnerlerin ilişki doyumunu sürdürebilmesi açısından kritik bir faktör olduğunu ortaya koymuştur. Aksine, çözüme kavuşturulmadan bırakılan ya da tartışılmadan geçirilen sorunların, ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur.

Cramer (2004) tarafından yürütülen başka bir çalışmada ise, partnerlerin birbirlerine sağladığı duygusal destek düzeyinin, ilişki doyumunu belirlemede çatışmaların çözümünden daha güçlü bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Duygusal destek mekanizmalarının etkin bir şekilde kullanılması, çiftler arasında daha sağlam bir bağ kurulmasını ve olası anlaşmazlıkların ilişkinin bütünlüğüne zarar vermeden çözüme ulaştırılmasını sağlayabilmektedir.

Malouff ve çalışma arkadaşları (2014), duygusal zekâ ve ilişki doyumunu üzerine yapılan çeşitli araştırmalardan elde edilen verileri analiz etmiş ve duygusal zekânın romantik ilişkilerde doyumunu artıran önemli bir faktör olduğunu ortaya koymuştur. Duygusal zekâ düzeyi yüksek bireylerin, ilişkilerinde daha sağlıklı iletişim kurdukları, empati geliştirme yeteneklerinin güçlü olduğu ve çatışmaları daha yapıcı bir şekilde ele aldıkları gözlemlenmiştir.

Son olarak, Whitton ve arkadaşlarının (2013) yaptığı bir araştırmada, romantik bir ilişkiye adanmışlık gösteren üniversite öğrencilerinin, psikolojik olarak daha güçlü bir yapıya sahip oldukları ve akademik başarılarını destekleyen olumlu koşullara sahip oldukları belirlenmiştir. Bu bulgular, romantik ilişkilere duyulan bağlılığın, bireyin genel ruh sağlığı ve akademik yaşamı üzerinde koruyucu ve destekleyici bir rol oynayabileceğini göstermektedir.

Dolayısıyla romantik ilişkilerde, bireylerin yaşamlarında önemli bir yer tutmakta ve bireylerin ilişki doyumunu sağlamak adına uzun vadeli bir birliktelik geliştirmek, birçok faktörün bir araya gelmesini gerektirmektedir. Bu noktada uygun bir partnerle karşılaşmak, ilişkinin başlamasını sağlarken; zaman, çaba ve şans gibi unsurlar ilişkinin sürdürülmesi için önemli rol oynamaktadır. Ayrıca romantik ilişkilere duyulan ilginin temelinde, sevgi, bağlılık ve mutluluk arayışı yer alırken, zaman içinde bu unsurların azalması ilişki doyumunun düşmesine ve ilişkilerin sona ermesine neden olabilmektedir. Özellikle gençlik dönemlerinde, ortak vakit geçirme, birlikte karar alma, karşılıklı önemsenme ve çatışmaları çözebilme becerisi, ilişkinin sağlıklı ve tatmin edici bir şekilde devam etmesini sağlayan unsurlar arasında yer almaktadır (Kail & Cavanagh, 2015).

Bunun yanı sıra ilişkinin süresi arttıkça, tutkunun azalabileceği ancak bağlılığın güçlenebileceği ileri sürülmektedir. Bu noktada enç yetişkinlik döneminde romantik ilişkiler daha yoğun bir tutkuyla yaşanırken, zamanla bu durumun yerini derinleşen bir bağlılığa ve karşılıklı güvene bırakabileceği belirtilmektedir (Toba, 2010). Bu bağlamda, ilişkinin uzun süreli olmasını sağlamak, onu kaliteli ve tatmin edici bir hale getirmek ve psikolojik iyi oluşu korumak açısından ilişki doyumunu kritik bir faktör olarak öne çıkmaktadır.

Öte yandan ilişkisinden yeterince doyum sağlayamayan bireylerde, madde bağımlılığı, depresif ruh hali, sosyal fobi, anksiyete bozuklukları ve panik atak gibi psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkma olasılığının arttığı belirlenmiştir (Scheppingen vd., 2018). Bu noktada sağlıklı bir romantik ilişki geliştirmek ancak yüksek ilişki doyumunu ile mümkün olmaktadır. Ayrıca ilişki içindeki istikrar ve mutluluk düzeyi, çiftlerin genel yaşam memnuniyetiyle doğrudan ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle ilişki doyumunu etkileyen faktörler, psikoloji ve ilişkiler üzerine yapılan çalışmalarda önemli bir araştırma alanı olarak değerlendirilmektedir.

İlişki doyumunu belirleyen unsurlardan biri de iletişim tarzlarıdır (Olderbak & Figueredo, 2009). Özellikle partnerler arasındaki sağlıklı iletişim, duygusal bağın güçlenmesine, problemlerin daha hızlı çözülmesine ve karşılıklı güvenin artmasına katkı sağlamaktadır. Bu nedenle, iletişim becerileri ile ilişki doyumunu birbiriyle bağlantılı iki temel kavram olarak öne çıkmaktadır. Bununla birlikte, ilişki doyumunu etkileyen diğer faktörler arasında; genellikle bağlanma stilleri (Hazan & Shaver, 1987; Jones & Cunningham, 1996; Shi, 2003; Lee & Chang, 2021), Benlik saygısı (Erol & Orth, 2014), İletişim biçimleri (Burleson & Samter, 1996) ve Problem çözme becerileri (Marchand, 2004) gibi psikolojik ve davranışsal unsurlar bulunmaktadır. Tüm bu bulgular, ilişki

doyumunun çok boyutlu bir kavram olduğunu ve bireyin psikolojik sağlığından, sosyal becerilerine kadar geniş bir yelpazede ele alınması gerektiğini göstermektedir. Romantik ilişkilerin sürekliliği ve sağlıklı bir şekilde devam edebilmesi, partnerlerin birbirleriyle olan etkileşim kalitesi, duygu yönetimi ve problem çözme yetkinlikleri ile doğrudan bağlantılıdır.

### 2.2.2. İlişki Doyumunu Etkileyen Faktörler

Romantik ilişki doyumunu, bireyin sürdürdüğü duygusal ilişki içerisinde hissettiği tatmin, memnuniyet ve olumlu duyguların derecesini ifade eden psikolojik bir kavramdır (Rusbult, 1983). Bu doyum, çiftlerin birbiriyle olan duygusal etkileşimlerinden, ilişkideki karşılıklı katkıdan ve ortak yaşam vizyonundan etkilenmektedir. Barnes ve arkadaşları (2007), romantik doyumunu, ilişkisel devamlılığın ve sağlıklı duygusal bağlılığın temel belirleyicilerinden biri olarak tanımlamışlardır. Bu bağlamda romantik ilişki doyumunu, bir ilişkideki genel iyi oluşun önemli bir göstergesidir.

İlişkiler, doğal olarak çeşitli sorunlarla karşılaşabilmektedir. Kaya (2018), ilişkilerde yaşanan iletişim eksiklikleri, güven problemleri, kıskançlık, uzaklaşma ve tutku kaybı gibi faktörlerin, romantik doyum üzerinde doğrudan etkili olduğunu vurgulamaktadır. Buna karşın yüksek doyum düzeyine sahip ilişkilerde, taraflar arasında karşılıklı güven, anlayış, duygusal yakınlık ve uzlaşma kültürü gelişmiş durumdadır. Butzer ve Kuiper (2008), bu tür ilişkilerde pozitif etkileşimlerin baskın olduğunu ve çatışmaların yapıcı biçimde çözülebildiğini belirtmektedirler.

Romantik ilişki doyumunu etkileyen en belirgin değişkenlerden biri, çiftler arasındaki çatışma düzeyidir. Cramer (2004), çiftler arasında yaşanan anlaşmazlıkların, ilişki doyumunun yönünü ve yoğunluğunu belirlemede önemli rol oynadığını ileri sürmektedir. Benzer şekilde, Gullede ve arkadaşları (2003), fiziksel temasın çiftler arasındaki çatışmaları çözmede kolaylaştırıcı bir unsur olduğunu ve bunun romantik doyumunu artırabileceğini ortaya koymuşlardır.

Romantik doyum, çiftlerin yalnızca birbirlerine duydukları sevgiden değil, aynı zamanda kurdukları iletişimin kalitesinden de etkilenmektedir. Meeks ve arkadaşları (1998), iletişim becerilerinin, ilişki memnuniyetinin temel belirleyicilerinden biri olduğunu ifade etmişlerdir. Butzer ve Kuiper (2008), yüksek doyuma sahip çiftlerin mizahı daha dikkatli ve yapıcı bir şekilde kullandıklarını, buna karşın doyumunu düşük olan

çiftlerin mizahı birbirlerini küçümsemek için bir araç haline getirdiklerini rapor etmişlerdir.

Romantik doyumun bireysel değişkenlere göre farklılık gösterdiği bilinmektedir. Cramer (2023b), kişilerarası koşulsuz kabulün hem genel sosyal uyumda hem de romantik ilişki doyumunda belirleyici olduğunu ifade etmektedir. Bu bağlamda, bireylerin kişilik yapıları, baskın zeka türleri, kültürel kökenleri ve sosyal öğrenme deneyimleri, ilişkiyi algılayış biçimlerini ve doyum düzeylerini önemli ölçüde etkilemektedir (Elphinston & Noller, 2011; Malouff, Schutte & Thorsteinsson, 2014; Sakallı-Uğurlu, 2003).

Bowlby'nin bağlanma kuramına dayanan bazı araştırmalarda ise çocuklukta güvenli bağlanma deneyimi yaşayan bireylerin yetişkinlikte daha doyumlu ilişkiler kurabildikleri belirlenmiştir. Schore (2019), anne-çocuk bağının kalitesinin ileriki dönemlerde kurulan ilişkilerdeki doyum düzeyini olumlu etkilediğini ifade etmektedir. McCrae ve Allik (2002), duygusal dengeye sahip bireylerin ilişkisel memnuniyet düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtirken, Malouff ve arkadaşları (2014) da duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireylerin ilişki doyumlarının belirgin şekilde arttığını vurgulamaktadır.

Toplumsal algıların ve sosyal normların ilişki doyumuna etkisi ise daha karmaşık bir yapı sergilemektedir. Strunz ve arkadaşları (2017), toplum tarafından dışlanan çiftlerin, kendi içlerinde ilişkilerini kabullenmeleri durumunda doyum düzeylerinin bu sosyal dışlamadan etkilenmediğini belirtmişlerdir. Yani çift içi bağlılık ve anlam yüklemesi, dışsal baskılardan daha belirleyici olabilmektedir.

Geleceğe dönük planlar da romantik doyum üzerinde etkili olan psikososyal bileşenlerdendir. Sakallı-Uğurlu (2003), ilişkilerinde yüksek düzeyde doyum bildiren bireylerin aynı zamanda ilişkilerinin geleceği hakkında daha fazla plan yaptıklarını ortaya koymuştur. Bu durum, Rusbult'un (1983) yatırım modeliyle de tutarlıdır; bireyler ilişkiye yaptıkları yatırımlar arttıkça, ilişkiden beklentileri ve doyumları da artış göstermektedir.

Teknolojik gelişmeler ve dijital yaşam biçimi, romantik ilişkiler üzerindeki etkisini her geçen gün daha fazla hissettirmektedir. Dilci ve Ağlar (2023), dijital araç kullanımının bireysel ve toplumsal yaşam üzerinde köklü değişimler yarattığını ve bunun ilişki doyumunu üzerinde yeni risk faktörleri doğurduğunu belirtmiştir. Elphinston ve Noller (2011), aşırı sosyal medya kullanımının, özellikle Facebook gibi platformların, çiftler arasındaki güven ve samimiyeti zedeleyerek ilişki doyumunu olumsuz etkilediğini ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, Yam (2023), mobil teknolojilere bağımlılığın ilişkisel

sorunlara yol açabileceğini vurgulamaktadır. Schade ve arkadaşları (2013), özellikle erkeklerin sanal ortamda farkında olmadan incitici mesajlar gönderme eğiliminde olduğunu ve bu durumun ilişki doyumunu düşürdüğünü belirtmişlerdir.

### 2.2.3. Bağlanma Kuramı ve İlişki Doyumu

Bağlanma kuramının genel kuramcısı olan John Bowlby, özellikle bağlanma kuramını, genel anlamda bireylerin yaşamlarının ilk dönemlerinde bakım verenle kurduğu duygusal ilişkinin, sonraki ilişkisel deneyimlerin temelini oluşturduğunu iddia etmiştir. Bu noktada Bowlby, özellikle bebeklerin anneleriyle olan temasının kesintiye uğradığı durumlarda ortaya çıkan duygusal tepkileri sistematik biçimde gözlemleyerek bunun özellikle bağlanmanın psikolojik temellerini ortaya koyduğunu dile getirmiştir (Alpay, 2009). Ayrıca Bowlby'in çalışmalarından elde ettiği bulgular doğrultusunda, bağlanmanın yalnızca çocuklukla sınırlı olmadığı, aynı zamanda bireyin yaşamı boyunca çeşitli biçimlerde sürdüğü savunmuştur. Dolayısıyla Bowlby'in bu kuramı, bireyin yaşamının ilk yıllarında şekillenen bağlanma stiline, sonraki dönemlerde kurduğu sosyal ve romantik ilişkilerde önemli bir rol oynadığını öne sürmektedir (Kesebir, Özdoğan-Kavzaoglu & Üstündağ, 2011).

Bunun yanı sıra Bowlby'e göre bağlanmanın temeli genellikle anne ve çocuk arasındaki etkileşim ise şekillenmektedir. Bu ilk bağlanma deneyimi, bireyin daha sonraki ilişkilerde yakınlık kurma, güven duyma ve duygusal bağlılık geliştirme becerilerinde belirleyici olmaktadır. Bu doğrultuda, erken dönemde güvenli bağlanma deneyimi yaşayan bireylerin yetişkinlikte daha sağlıklı ilişkiler kurabildikleri, buna karşılık bağlanma sürecinde yaşanan aksaklıkların ise güvensiz bağlanma stillerine zemin hazırladığı öne sürülmektedir (Nakash-Eisikovits, Dutra & Westen, 2002). Bu noktada güvensiz bağlanma stiline sahip bireyler ise, genellikle daha stresli ve yaşam olaylarına karşı daha duyarlı oldukları açıklanmaktadır. Bu duru aynı zamanda bireylerin psikopatolojik anlamda riskler taşımasına da sebep olmaktadır. Dolayısıyla yaşamın sonraki evrelerinde karşılaşılan duygusal zorlukların temelinde yer alan bağlanma durumu, bireyin sahip olduğu yaşamın ilerleyen dönemlerinde önemli düzeyde etken olabilmektedir.

Bowlby, aynı zamanda bireylerin bebeklikte yaşadığı güvenli bağlanmanın, yetişkinlikteki sosyal ilişkilerde ve özellikle romantik birlikteliklerde belirleyici bir faktör olduğunu da ileri sürmektedir. Özellikle ona göre bu süreç, bağlanma kuramında

tanımlanan üç temel stil olan güvenli, kaçınan ve kaygılı bağlanma ile örüntülüdür. Bu noktada güvenli bağlanma ise, Bowlby için bakım verenin tutarlı, sevgi dolu ve destekleyici bir tutum sergilediği durumlarda gelişmektedir. Bu bireylerin, yetişkinlikte başkalarına güven duyabilen, duygusal olarak istikrarlı ve yakın ilişkiler kurabilen kişiler olma sürecini şekillendirmektedir.

Kaçınan bağlanma ise, genellikle bakım verenin duygusal olarak mesafeli ya da tepkisiz olduğu durumlarda gelişmektedir. Özellikle bu bağlanma stiline sahip bireyler, yetişkinlikte duygusal yakınlık kurmaktan kaçınmakta ve bağımsızlığı ön planda tutmaktadırlar. Bu kişiler aynı zamanda çoğunlukla duygusal mesafeyi tercih ederler ve yoğun duygusal etkileşimlerden kaçınma eğilimindedirler. Bir sonraki stil olan kaygılı bağlanma ise bakım verenin ilgisinin tutarsız olduğu durumlarda ortaya çıkmakta ve bu bireylerin yakınlık kurma ihtiyacı ile terk edilme korkusu arasında sürekli bir çatışma yaşamasına sebep olmaktadır. Kaygılı bağlanan bireylerde, ayrıca romantik ilişkilerde kıskançlık, güvensizlik ve duygusal dalgalanmalar da sık sık gözlemlenmektedir (Bowlby, 2015).

Bağlanma kuramı, yalnızca çocukluk dönemi ilişkileri ile sınırlı kalmayıp, aynı zamanda romantik ilişkilerin yapısını anlamaya yönelikte önemli bir teorik çerçeve sunmaktadır. Bu noktada Hazan ve Shaver (1987), Bowlby'nin bağlanma kuramını yetişkinlikteki romantik ilişkilerle ilişkilendirerek, bireylerin erken bağlanma stillerinin romantik ilişkilerdeki davranışlarına da yansıdığını öne sürmüşlerdir. Yapılan çalışmalar, bu noktada güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerinde daha fazla doyum ve istikrar yaşadığını, kaçınan bağlanan bireylerin ise duygusal yakınlıktan kaçınma eğiliminde olduklarını göstermektedir. Ayrıca kaygılı bağlanan bireyler de ilişkilerinde yoğun kaygı, terk edilme korkusu ve duygusal bağımlılık gibi örüntüler sergilemektedirler.

Bu doğrultuda, Hazan ve Shaver'ın (1987) araştırmasında güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerini tatmin edici, güvenli ve anlamlı olarak değerlendirdikleri ve kaçınan bağlananların ise duygusal mesafeyi korumaya çalıştıkları belirlenmiştir. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde ise ilişkiler genellikle dengesiz, kıskançlık temelli ve iniş çıkışlarla dolu bir yapıya sahip oldukları anlaşılmıştır. Bu bireyler için hem kendilerine hem de partnerlerine karşı güven geliştirmekte zorlanmakta ve yoğun duygusal ihtiyaçlar sergilemelerine sebep olmaktadır.

Başka bir çalışmada ise, Kılınçer ve Tuzgöl-Dost'un (2014) üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdikleri çalışmada, kaçınan bağlanma stiline, romantik

ilişkilerde algılanan duygusal istismarı anlamlı biçimde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ulaşılan bu bulgular, genel olarak bağlanma biçimlerinin yalnızca duygusal bağlılığı değil, aynı zamanda ilişkideki çatışma ve zarar görme algılarını da etkilediğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, bağlanma stillerinin ilişkisel doyum, iletişim kalitesi, güven düzeyi ve romantik şiddet algısı gibi birçok değişkenle doğrudan ilişkili olduğu açıkça anlaşılmaktadır.

#### **2.2.4. İlişki Doyumunun Psikolojik ve Sosyal Etkileri**

İlişki doyumunun psikolojik anlamdaki etkilerine baktığımızda ise, genel anlamda bireylerin romantik ilişkilerinde hissettikleri mutluluğun, tatminin ve genel memnuniyetin derecesini ifade eden önemli bir psikososyal kavram olduğu anlaşılmaktadır. Bu anlamda ilişki doyumunu, sadece bireylerin romantik hayatlarıyla ilgili değil, aynı zamanda genel yaşam kalitelerini, psikolojik iyilik hallerini ve sosyal işlevselliklerini de derinden de etkilemektedir (Karney ve Bradbury, 1995: s. 56). Bu noktada sağlıklı ve doyurucu bir ilişkiye sahip bireylerin depresyon, kaygı ve stres düzeylerinin daha düşük olduğu, özsayıgılarının daha yüksek olduğu ve genel yaşamdan aldıkları tatminin arttığı birçok çalışmada gösterilmektedir (Whisman ve Uebelacker, 2006: s. 782).

Bunun yanı sıra ilişki doyumunun psikolojik etkileri arasında en öne çıkanı ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkidir. Bu yöndeki araştırmalara baktığımızda ise, yüksek ilişki doyumunu yaşayan bireylerin, genellikle düşük ilişki doyumunu yaşayanlara kıyasla daha az depresif belirti gösterdiklerini ve duygusal dayanıklılıklarının daha güçlü olduğu anlaşılmaktadır (Beach, Fincham ve Katz, 1998: s. 288). Ayrıca evli çiftler üzerinde yapılan çalışmalarda ise, evlilik doyumunun bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlığını koruyucu bir faktör olarak işlev gördüğünü göstermektedir. Evli bireyler arasında yüksek doyum düzeyi, bağımsızlık sisteminin güçlenmesi, daha az sağlık problemi yaşanması ve genel yaşam süresinin uzaması gibi sonuçlarla ilişkilendirilmiştir (Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001: s. 476).

İlişki doyumunu kavramında ayrıca sosyal etki durumu da oldukça belirgindir. Özellikle yüksek doyum yaşayan bireyler, sosyal çevreleriyle daha sağlıklı ilişkiler kurmakta, sosyal destek sistemlerinden daha etkin şekilde yararlanmakta ve toplumsal katılım düzeylerini artırmaktadırlar (House, Landis ve Umberson, 1988: s. 544). Bu noktada aile yapısının bir parçası olarak romantik ilişkiler, bireylerin toplumsal rollerini yerine getirmesinde önemli bir araç işlevi görmektedir. Özellikle güvenli ve destekleyici

romantik ilişkiler, bireyin sosyal kimlik gelişimini desteklemekte ve bireysel özerkliği teşvik etmektedir (Sullivan, 1953: s. 217).

İlişki doyumu ayrıca stresle başa çıkmada önemli bir kaynak olarak işlev öne çıkmaktadır. Özellikle bireyler yaşadıkları zorluklar karşısında partnerlerinden destek aldıklarında, stresli yaşam olaylarına karşı daha dirençli olmakta ve olumsuz duygusal etkilerden daha az zarar görmekte-dirler (Cutrona, 1996: s. 93). Bu yönde partner desteğinin hem algılanan hem de gerçek boyutu, bireylerin stresle başa çıkma kapasiteleri üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. Bu nedenle ilişki doyumu, bireyin yaşamındaki diğer stresörlerin etkisini tamponlayan bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Pasch ve Bradbury, 1998: s. 372).

Özellikle bağlanma kuramı perspektifinden bakıldığında, ilişki doyumu ile bireylerin erken yaşam deneyimleri arasında önemli bir bağlantı olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler, ilişkilerinde daha yüksek doyum yaşamakta, çatışmaları daha etkili biçimde çözmekte ve duygusal destek alışverişinde daha başarılı olmaktadır (Collins ve Read, 1990: s. 649). Buna karşın kaygılı ya da kaçınan bağlanma stillerine sahip bireylerde ilişki doyumunun daha düşük olduğu ve ilişkilerde güven sorunlarının daha sık yaşandığı tespit edilmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2007: s. 134).

İlişki doyumu, aynı zamanda bireylerin yaşam doyumları ile de güçlü bir şekilde ilişkili olduğu bilinmektedir. Bu noktada yapılan meta analiz çalışmalarına baktığımızda ise, ilişki doyumunun yaşam doyumunun en önemli belirleyicilerinden biri olduğunu anlaşılmaktadır (Heller, Watson ve Ilies, 2004: s. 587). Bu bağlamda ilişki doyumu, bireyin sadece romantik hayatı üzerinde değil, genel mutluluğu ve hayatla ilgili algıları üzerinde de belirleyici bir rol oynayabilmektedir. Dolayısıyla ilişkiden alınan tatminin yüksek olması, bireyin kendilik algısını güçlendirmekte ve başkalarıyla kurduğu diğer sosyal ilişkilerde de pozitif bir etki yaratmaktadır (Campbell, Simpson ve Orina, 2011: s. 197).

Diğer yandan psikolojik açıdan rahatsızlıklara bakıldığında ise, düşük ilişki doyumu yaşayan bireylerin anksiyete bozuklukları, depresyon ve düşük özsaygı gibi problemler yaşama olasılıklarının arttığı görülmektedir (Whisman, 2007: s. 290). Bu noktada çift terapisi çalışmalarında çoğunlukla, ilişki doyumunun artırılmasının bireysel psikolojik iyilik hali üzerinde önemli iyileştirici etkileri olduğu saptanmıştır. Bu nedenle ilişki doyumu yalnızca romantik ilişkilerin kalitesinin bir göstergesi olarak değil, aynı

zamanda bireyin genel ruh sağlığının da önemli bir belirleyicisi olarak kabul edilmektedir (Jacobson ve Christensen, 1996: s. 123).

Bir başka açıdan bakıldığında ise, sosyal psikoloji perspektifinden ilişki doyumu, sosyal destek teorileri çerçevesinde de değerlendirilmiştir. Özellikle sosyal destek algısının yüksek olduğu ilişkilerde doyumun arttığı ve bu algının bireyin psikolojik dayanıklılığı üzerinde güçlendirici bir etkisi olduğu saptanmıştır (Thoits, 1995: s. 64). Bu anlamda partner desteği, bireyin hem günlük stres faktörleriyle hem de daha büyük yaşam krizleriyle başa çıkmasında temel bir rol oynamaktadır. Bu destek özellikle mekanizmalarının güçlü olması, ilişkinin doyurucu bir hale gelmesini kolaylaştırmakta ve ilişkinin devamlılığını sağlamaktadır.

Toparlayacak olursak, ilişki doyumunun bireylerin psikolojik sağlığını, sosyal işlevselliğini ve genel yaşam kalitesini etkileyen çok boyutlu bir kavram olarak öne çıkmaktadır. Bu anlamda yüksek ilişki doyumu, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli olumlu sonuçlar doğurmakta, bireylerin daha sağlıklı, üretken ve mutlu bir yaşam sürdürmesine katkı sağlamaktadır. Bu nedenle ilişki doyumunu artırmaya yönelik çalışmalar, hem bireysel ruh sağlığı hizmetlerinde hem de toplum temelli müdahalelerde önemli bir yer tutmaktadır.

### **2.3. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlişki Doyumu Arasındaki Kuramsal Bağlantılar**

Çocukluk çağı travmalarına yönelik kuramsal çalışmalara yönelik çalışmalara baktığımızda; bu anlamda bireylerin gelişim sürecinde yaşadığı olumsuz deneyimleri olarak tanımlanmakta ve yetişkinlik döneminde çeşitli psikolojik ve sosyal sonuçlar doğurabilmektedir (Felitti, 1998: s. 245). Bu travmalar arasında fiziksel, duygusal ve cinsel istismar ile ihmal gibi yaşantılar yer almakta olup, bireylerin ilerleyen yaşantılarında özellikle romantik ilişkilerde doyum düzeylerini etkilediği görülmektedir. Bu anlamda alanyazında yapılan çalışmalara baktığımızda ise, çocukluk çağı travmalarının romantik ilişki doyumu ile olan ilişkisini açıklamak amacıyla birçok kuramsal çerçeve geliştirdiği görülmektedir.

Bu noktada bağlanma kuramı ise, çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimlerin yetişkinlikteki ilişki kalitesine etkisini anlamada temel bir teorik zemini oluşturduğu anlaşılmaktadır. Dolayısıyla bağlanma kuramının mimarı olan Bowlby'nin

çalışmalarına göre, çocukluk döneminde güvenli bağlanma deneyimleyen bireyler, yetişkinlikte sağlıklı ve doyurucu ilişkiler kurma eğilimindedirler (Bowlby, 1988: s. 77). Fakat travmatik yaşantılar, çocuğun bakım verenlerine olan güvenini sarsarak güvensiz bağlanma stillerinin gelişimine neden olabileceği düşünülmektedir (Ainsworth, 1989: s. 98). Bu durum, genellikle bireylerin ilerleyen dönemlerindeki yaşamlarında romantik ilişkilerde güvensizlik, duygusal uzaklık ya da aşırı bağımlılık gibi problemler yaşamasına yol açarak ilişki doyumunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Bir başka kuram olan sosyal öğrenme kuramı da çocukluk çağı travmalarının ilişki doyumu üzerindeki etkilerini açıklamada da kullanılmaktadır. Özellikle bu yönde öne çıkan kuramcı Bandura'nın sosyal öğrenme teorisine göre, bireyler çocuklukta gözlemledikleri ve deneyimledikleri ilişki örüntülerini model alarak yetişkinlik ilişkilerini yapılandırır (Bandura, 1977: s. 32). Bunun yanı sıra travmatik deneyimler yaşayan bireyler, özellikle şiddet, ihmal veya istismar içeren ilişki dinamiklerini içselleştirebilir ve bu kalıpları yetişkinlikteki ilişkilerine taşıyabilmektedir. Dolayısıyla bu durum, ilişkilerde işlevsiz iletişim, çatışma yönetiminde güçlük ve doyumda azalma gibi sonuçlar doğurduğu bulgulanmıştır (Simons, Lin ve Gordon, 1998: s. 744).

Diğer yandan bağlanma kuramının bir uzantısı olan içsel çalışma modelleri kavramı da bu ilişkiyi anlamada kritik öneme sahiptir. Özellikle çocukluk travmaları, bireylerin kendilik ve diğerlerine yönelik geliştirdikleri temel inançlarını şekillendirmektedir. Bu anlamda kendilerini değersiz, başkalarını ise güvenilmez olarak algılayan bireyler, ilişkilerinde sürekli tehdit algısı yaşamakta ve bu durum ilişki doyumunu ciddi şekilde azalttığı bilinmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991: s. 226). Bunun yanı sıra içsel çalışma modellerinin olumsuz oluşumu, bireyin ilişkilerde aşırı kıskançlık, terk edilme korkusu veya duygusal mesafe gibi davranışlar sergilemesine yol açarak doyumu olumsuz etkileyebilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007: s. 179).

Duygusal düzenleme teorileri de çocukluk çağı travmaları ile ilişki doyumu arasındaki bağı açıklamada önemli bir yer tutmaktadır. Özellikle travmatik çocukluk deneyimlerine maruz kalan bireylerin, duygularını sağlıklı bir şekilde düzenleyebilme kapasitesinde zayıflıklar oluşabilmektedir (Gross ve Thompson, 2007: s. 14). Bu anlamda ilişkilerde yaşanan duygusal iniş çıkışlara sağlıklı tepkiler verememek, çatışmaların yapıcı biçimde çözümlenememesi ve duygusal yakınlığın sağlanamaması, ilişki doyumunu düşüren temel faktörler arasında yer almaktadır (Bradbury ve Karney, 2004: s. 409).

Öte yandan travmaların ilişki doyumu üzerindeki etkisini açıklamada şema terapi yaklaşımı da öne çıkmaktadır. Özellikle bu anlamda Young'ın şema terapisi modeli, oldukça bilinen ve bu noktada öne çıkan bir kavramdır. Diğer yandan çocuklukta oluşan olumsuz yaşantıların bireyde bazı kalıcı bilişsel ve duygusal şemalar geliştirdiğini ileri sürmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003: s. 48).bu noktada “*Terk edilme*”, “*duygusal yoksunluk*”, “*kusurluluk*” gibi erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin, romantik ilişkilerde doyum sağlamaları zorlaşmakta ve bu da sürekli onaylanma arayışı, aşırı hassasiyet veya uzak durma gibi davranışlar sergileyebilmektedirler.

Dolayısıyla bağlanma kuramı, sosyal öğrenme kuramı ve şema terapisi gibi yaklaşımlar, çocukluk çağı travmalarının bireylerin ilişki doyumunu nasıl etkileyebileceğini açıklamada birbiriyle örtüşen sonuçlar ortaya koymaktadır. Bu yaklaşımların ortak noktası, özellikle erken yaşantıların bireyin kendilik algısı, başkalarıyla ilişki kurma biçimi ve duygusal işleyiş mekanizmaları üzerinde kalıcı etkiler yarattığı yönünde ortaya çıkmaktadır (Riggs, 2010: s. 366).

Bunun yanı sıra çocukluk travmaları, ayrıca bireylerin romantik ilişkilerdeki çatışma yönetimi becerilerini de etkileyebilmektedir.bu yönde yapılan araştırmalarda ise, çocuklukta ihmal veya istismara maruz kalan bireylerin, ilişkilerinde çatışmalara daha yıkıcı tepkiler verdiklerini ve çözüm odaklı iletişim becerilerinde yetersizlik yaşadıklarını göstermektedir (Murray, Bellavia, Rose ve Griffin, 2003: s. 636). Dolayısıyla bu durum, hem ilişkinin kalitesinin düşmesine hem de partnerler arasında güven bağının zayıflamasına neden olabilmektedir.

Bu noktada son yıllarda yapılan çalışmalara odaklandığımızda ise, çocukluk travmalarının ilişki doyumu üzerindeki etkisinin sadece bireyin kendi deneyimleriyle sınırlı kalmadığını, aynı zamanda çift dinamikleri üzerinden de etkili olduğunu göstermektedir (Wachs ve Cordova, 2007: s. 410). Bu nedenle çocukluk travmalarının etkileri, çift düzeyinde değerlendirilmesi gereken bir konu olarak öne çıkmaktadır.

### **2.3.1. Bağlanma Kuramı Perspektifinden İnceleme**

Bağlanma kuramı bağlamında konuya yönelik bakış açısında ise, bireylerin yaşam boyu süregelen yakın ilişkilerindeki davranışlarını ve duygusal deneyimlerini anlamada temel bir teorik çerçeve sunmaktadır. Bu noktada öncü kuramcı olan John Bowlby tarafından geliştirilen bu kuram, özellikle erken çocukluk döneminde bakım veren

figürlerle kurulan ilişkilerin bireylerin içsel çalışma modellerini şekillendirdiğini ve bu modellerin yetişkinlikteki romantik ilişkilerde belirleyici olduğunu belirtmiştik (Bowlby, 1969: s. 83). Dolayısıyla Bowlby'nin sahip olduğu bu yaklaşım üzerinden, çocukluk çağında yaşanan travmaların yetişkinlik döneminde ilişki doyumunu nasıl etkilediğini anlamak açısından da oldukça işlevseldir.

Dolayısıyla Bu noktada bağlanma kuramı, bireylerin ilişkilerindeki davranışlarını ve diğer insanlara ve aynı zamanda kendilerine ilişkin geliştirdikleri temel inançlara dayanmaktadır. Bu anlamda güvenli bağlanmaya sahip bireylerin, diğer bireylere karşı güvenilir ve destekleyici, kendilerini ise sevebilir ve değerli olarak algılamaktadır (Ainsworth, 1979: s. 940). Dolayısıyla bu olumlu içsel çalışma modelleri, özellikle bireylerin yetişkinlikte sağlıklı ve tatmin edici romantik ilişkiler kurmasına olanak tanınmaktadır. Fakat çocukluk döneminde travmaya maruz kalan bireylerde güvensiz bağlanma stillerinin gelişme olasılığı artmaktadır. Bu durum, aynı zamanda bireyin ilişkilerinde aşırı kaygı, duygusal mesafe veya bağımlı davranışlar sergilemesine yol açarak ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007: s. 102).

Öte yandan bağlanma stilleri genellikle üç ana kategori altında incelenmektedir. Özellikle bu kategoriler içerisinde güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler, ilişkilerinde hem duygusal yakınlık kurabilir hem de gerektiğinde bağımsızlıklarını koruyabilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987: s. 514). Diğer yandan kaygılı bağlanmaya sahip bireylerde, reddedilme korkusu ve aşırı onaylanma ihtiyacı nedeniyle ilişkilerinde yoğun kaygı yaşamaktadırlar. Bu noktada kaçınan bağlanmaya sahip bireyler, başkalarına güvenmekte zorlanır ve duygusal yakınlıktan kaçınma eğilimindedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991: s. 228).

Çocukluk çağı travmaları, özellikle duygusal ihmal, fiziksel veya cinsel istismar gibi olumsuz deneyimler, bireylerde kaygılı veya kaçınan bağlanma stillerinin gelişmesine zemin hazırlamaktadır. Bu bağlanma stilleri, yetişkinlikte romantik ilişki doyumunun düşük olmasına neden olan temel mekanizmalardan biridir (Riggs, 2010: s. 378). Kaygılı bağlanan bireyler ilişkilerinde aşırı derecede onay arayışı içinde olabilir ve partnerlerinin sevgisinden sürekli şüphe duyabilirler. Bu durum ilişkide çatışmaların artmasına ve doyumun azalmasına yol açar (Collins ve Read, 1990: s. 647). Öte yandan kaçınan bağlanma eğilimindeki bireyler, duygusal yakınlıktan kaçınarak partnerleriyle sağlıklı bir bağ kurmada güçlük yaşarlar ve bu da ilişkinin derinleşmesini engelleyerek doyumu olumsuz etkiler (Fraley ve Shaver, 2000: s. 749).

Bağlanma kuramı çerçevesinde yapılan araştırmalar, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, ilişkilerinde daha yüksek doyum, daha az çatışma ve daha fazla duygusal destek yaşadıklarını ortaya koymuştur (Feeney, 1999: s. 276). Bu bireyler, partnerleriyle açık iletişim kurma, duygusal ihtiyaçlarını ifade etme ve çatışmaları yapıcı yollarla çözme konusunda daha başarılıdırlar. Buna karşın, güvensiz bağlanma stilleri, ilişkilerde duygusal dalgalanmalara, iletişim sorunlarına ve genel ilişki kalitesinde azalmaya neden olmaktadır.

Bowlby'nin ileri sürdüğü üzere, erken çocukluk döneminde bakım verenlerin tutarsız veya zarar verici davranışlarına maruz kalan çocuklar, dünya ile ilgili temelde olumsuz bir görüş geliştirme eğilimindedir (Bowlby, 1973: s. 120). Bu bireyler, yetişkinlikte romantik ilişkilerini de aynı şekilde güvensiz ve tehdit edici bir alan olarak algılayabilirler. Bu algı, ilişkideki güven bağının zayıflamasına ve dolayısıyla doyum düzeyinin düşmesine katkıda bulunur (Davila, Karney ve Bradbury, 1999: s. 138).

Bağlanma kuramı, ayrıca duygusal düzenleme stratejileri ile ilişki doyum arasındaki bağlantıyı da açıklamaktadır. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler, duygusal stresle daha sağlıklı başa çıkma stratejileri geliştirebilirken, kaygılı ya da kaçınan bağlanan bireyler duygusal durumlarını düzenlemede zorlanmakta ve bu durum ilişkilerine olumsuz yansımaktadır (Mikulincer ve Florian, 1998: s. 436). Duygusal düzenleme güçlükleri, çatışmaların artmasına, karşılıklı anlayışın azalmasına ve dolayısıyla ilişki doyumunun düşmesine neden olmaktadır.

Bu yönde son yıllarda yapılan çalışmalara baktığımızda ise özellikle nöropsikolojik çalışmaların bağlanma stilleri noktasında genellikle biyolojik temelleri incelemekte ve erken dönemde yaşanan travmaların beyinde güvenlik ve tehdit algısıyla ilgili sistemlerde değişimlere yol açtığını göstermektedir (Schore, 2001: s. 212). Bu noktada çocukluk döneminde ihmal ve istismara maruz kalan bireylerde, stres yanıt sistemlerinin aşırı duyarlı hale geldiğini ve bu durumun yetişkinlikte yakın ilişki stresörlerine aşırı tepkiler vermeye neden olduğu belirlenmiştir. Bu biyolojik hassasiyet, ilişkilerde güven kurma ve sürdürme süreçlerini zorlaştırarak doyum düzeyinin azalmasına katkıda bulunabilmektedir.

Bağlanma kuramı perspektifinden yapılan çalışmalarda ise, çocuklukta yaşanan travmaların etkilerinin zamanla değişebileceğini, ancak çoğunlukla belirgin bir kalıcılık gösterdiğini ortaya koymuştur (Cassidy ve Shaver, 2008: s. 657). Bu bulgular, özellikle terapötik müdahalelerde bağlanma temelli yaklaşımların önemini vurgulamaktadır.

### 2.3.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ve Romantik İlişkiler

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), genel anlamda psikoloji çalışmalarında oldukça yer alan bir kavram olmakla birlikte aynı zamanda toplumsal çalışmalarda da sık sık yer alan bir kavram haline gelmiştir. Bu anlamda kavramın tanımlanmasına baktığımızda ise, genel olarak bireylerin yaşamış olduğu veya tanık olduğu ölüm, ağır yaralanma ya da cinsel şiddet gibi travmatik olaylara karşı geliştirmiş olduğu ciddi psikolojik bir rahatsızlık olarak öne çıkmaktadır. Kavrama yönelik ayrıca temel belirtiler ise, genellikle bireylerin travmatik olayın yeniden yaşanması noktasında göstermiş olduğu kaçınma davranışları, olumsuz düşünceler ve duygusal durum değişiklikleri ile artmış uyarılmışlık halleri yer almaktadır (American Psychiatric Association, 2013: s. 271). Bu belirtiler, aynı zamanda yalnızca bireyin iç dünyasını değil, aynı zamanda yakın ilişkilerini ve özellikle romantik ilişkilerini de derinden etkileyebilmektedir.

Dolayısıyla TSSB yaşayan bireylerin romantik ilişkilerinde daha fazla çatışma, iletişim sorunları ve ilişki doyumunda düşüş yaşadığı pek çok çalışmada ortaya konulduğu görülmektedir (Taft, Watkins, Stafford, Street ve Monson, 2011: s. 161). Bu noktada Travma sonrası bireylerin ilişkilerinde gösterdikleri aşırı duyarlılık, güvensizlik, öfke patlamaları ve duygusal uzaklık gibi davranışlar, hem kendi ilişki doyumlarını hem de partnerlerinin doyum düzeylerini olumsuz etkilemektedir. Bu bağlamda, TSSB'nin bireysel bir psikopatoloji olmanın ötesinde, çift dinamikleri üzerinde de önemli bir etkisi olduğu anlaşılmaktadır.

TSSB'nin romantik ilişkiler üzerindeki etkilerini anlamak adına kullanılan teorik çerçevelerden biri ise, duygusal işleme kuramıdır. Özellikle bu kurama göre, travmatik olaylara ilişkin hatıralar ve duygular yeterince işlenmediğinde, bireyde sürekli bir tehdit algısı oluşur ve bu durum, romantik ilişkilerde güven ve samimiyetin kurulmasını zorlaştırmaktadır (Foa ve Rothbaum, 1998: s. 87). Bu anlamda bireyler, özellikle partnerlerine karşı sergilemiş olduğu davranışlarını yanlış yorumlayabilir ve bu da onlarda güvenli bir ilişki ortamında dahi tehdit algılayabilmelerine yol açabilmektedir. Dolayısıyla bu durum, ilişkinin kalitesini olumsuz yönde etkileyecektir.

Bunun yanı sıra bireylerde kaçınma belirtileri de TSSB ile ilişki doyumu arasındaki en güçlü olumsuz ilişkiyi oluşturmaktadır. Özellikle travmatik olaylardan kaynaklanan duygusal acıyı tetikleyebilecek her türlü durumdan kaçınmaya çalışma, bireyin partneriyle duygusal yakınlık kurmasını engelleyebilmektedir (Monson, Taft ve Fredman, 2009: s. 716). Bu da, partnerler arasındaki duygusal bağın zayıflamasına ve aynı zamanda ilişkinin dayanıklılığını azaltmaktadır. Sonuç olarak bu durumun ortaya

çıkmasıyla birlikte çiftlerin çatışmaları yapıcı bir şekilde çözümlene becerileri de zayıflatmaktadır.

Öte yandan TSSB'nin etkileri sadece kaçınma davranışlarıyla sınırlı olmadığı bililmektedir. Özellikle bireylerin travmaya bağlı olumsuz bilişsel değişiklikler yaşaması, bireyin kendilik algısında ve başkalarına yönelik inançlarında da bozulmalara yol açabilmektedir. Özellikle bu noktada bir örnek vermemiz gerekirse; TSSB yaşayan bireylerin kendilerini değersiz, güçsüz veya suçlu hissedebilir, diğer insanları ise güvenilmez ya da tehditkâr olarak algılayabilirler (Cloitre, Cohen ve Koenen, 2006: s. 151). Dolayısıyla bu tür bilişsel çarpıtmalar, romantik ilişkilerde güvenin sarsılmasına ve partnerler arasında duygusal mesafenin artmasına neden olmaktadır.

Travma sonrası aynı zamanda bireylerde sürekli tedirginlik hali de yaygın olabilmektedir. Özellikle bu durum, romantik ilişkiler üzerinde önemli bir etken olmakla birlikte, daha sonrasında bireylerin sürekli tetikte olması, ani öfke patlamalarına, alınganlığa ve aşırı kıskançlığa yol açabilmektedir (Riggs, Byrne, Weathers ve Litz, 1998: s. 240). Bu tür tepkiler, ikili ilişkilerin daha çatışmalı olmasına sebep olmakta ve ilerleyen zamanlarda partnerin kendini sürekli savunma halinde hissetmesine neden olmaktadır. Bu anlamda ilişkilerde uzun vadede bu durum, her iki partnerin de ilişki doyumunda belirgin bir azalma yaşamasına yol açacaktır.

Bunun yanı sıra ilişkilerde destekleyici partner tutumları, TSSB'nin olumsuz etkilerini hafifletebilecek önemli bir koruyucu faktör olarak değerlendirilmektedir. Bu yönde ilgili alanyazında yapılan çalışmalara odaklandığımızda ise, partnerler arasında duyarlı, anlayışlı ve destekleyici bir tutum sergilemesinin, TSSB semptomlarının şiddetini azaltabileceğini ve ilişki doyumunu koruyabileceğini göstermektedir (Fredman, Monson ve Adair, 2011: s. 439). Fakat bu durumun aksi yönde oluşması karşısında ise partner desteğinin azalmasına, partnerler arasında yanlış veya yetersiz destek, bireyin yalnızlık duygusunu artırabilir ve semptomları şiddetlendirebilmektedir. Bu noktada çift temelli müdahale programları, TSSB'nin romantik ilişkiler üzerindeki etkilerini azaltmada umut verici sonuçlar vermektedir. Özellikle Cognitive-Behavioral Conjoint Therapy uluslararası terapi yöntemleri olan bu gibi müdahaleler, hem bireysel TSSB semptomlarını azaltmakta hem de ilişki doyumunu artırmaktadır (Monson ve Fredman, 2012: s. 118). Bu tür müdahalelerde özellikle çiftlerin birbirlerinin travma sonrası tepkilerini anlamaları, etkili iletişim becerileri geliştirmeleri ve birlikte travmaya karşı daha dayanıklı bir ilişki inşa etmeleri hedeflenmektedir.

Öte yandan ilgili literatürde yapılan çalışmalarda ise genel olarak, TSSB'nin ilişkilerde şiddet eğilimlerini artırabileceğini de ortaya koymuştur. Özellikle asker kökenli bireylerde yapılan çalışmalara baktığımızda ise, TSSB semptomlarının artmasıyla birlikte partnerlere yönelik fiziksel veya psikolojik şiddet davranışlarının da arttığını göstermektedir (Taft, Schumm, Panuzio ve Proctor, 2008: s. 942). Bu durum, hem bireysel hem de ilişki müdahale programlarının önemini bir kez daha ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra TSSB'nin romantik ilişkiler üzerindeki etkileri cinsiyet farklılıklarına göre de değişebilmektedir. Örneğin, kadınlarda TSSB'nin daha çok depresif belirtiler ve içe kapanma davranışları ile ilişkilendirildiği, erkeklerde ise öfke ve dışavurumcu davranışlarla daha fazla ilişkili olduğu bulunmuştur (Tolin ve Foa, 2006: s. 1157). Bu farklılıklar, ilişki dinamiklerinde farklı türde zorluklara yol açabilmekte ve müdahale programlarının bireyselleştirilmesi gerektiğine işaret etmektedir.

### **2.3.3. Duygusal Düzenleme ve İlişki Doyumu**

Duygusal düzenleme, özellikle bireylerin duygusal deneyimlerini fark etmeleri, yönetmeleri ve uygun bir biçimde ifade etmeleri süreci olarak tanımlanmaktadır (Gross, 1998: s. 275). Duygusal düzenleme becerileri ise bireyin hem kendi psikolojik iyilik halini hem de kişilerarası ilişkilerindeki işlevselliği önemli ölçüde etkilemektedir. Bu bağlamda romantik ilişkilerde, duygusal düzenleme becerilerinin, ilişki doyumu üzerinde belirleyici bir rol oynadığı birçok çalışmada vurgulanmıştır (Bloch, Haase ve Levenson, 2014: s. 211).

İlişkilerde yaşanan duygusal etkileşimler, partnerler arasında güven, samimiyet ve bağlılık duygularının oluşmasını sağlamaktadır. Ancak bu süreçte yaşanan olumsuz duyguların yönetilememesi, çatışmaların artmasına, duygusal kopuklukların oluşmasına ve sonuç olarak ilişki doyumunun azalmasına yol açabilmektedir (Gottman, 1999: s. 101). Dolayısıyla duygusal düzenleme stratejileri, bu noktada, bireylerin duygusal tepkilerini kontrol etmelerine, çatışmaları yapıcı şekilde çözümlenmelerine ve ilişkilerindeki yakınlığı korumalarına yardımcı olmaktadır.

Duygusal düzenleme süreçleri aynı zamanda iki ana strateji çerçevesinde incelenmektedir. Bu stratejiler ise genel olarak bilişsel düzeyde yeniden çerçeveleme veya bastırma şeklinde açıklanmaktadır. Bilişsel yeniden çerçeveleme, aynı zamanda bireyin bir durumu farklı bir bakış açısıyla değerlendirmesi ve böylece olumsuz duygusal etkilerini azaltması anlamına gelmekle birlikte aynı zamanda bastırma kavramında ise bu durumu, duygusal tepkilerin dışavurumunu engelleme eğilimini ifade etmektedir (Gross

ve John, 2003: s. 350). Bu yönde yapılan çalışmalara baktığımızda ise ilgili araştırmalar, bilişsel yeniden çerçeveleme stratejisinin ilişki doyumunu artırıcı bir etkisi olduğunu göstermekle birlikte aynı zamanda bastırmanın ise doyumu olumsuz etkilediğini göstermektedir (Butler, Egloff, Wilhelm, Smith ve Gross, 2003: s. 785).

Bu anlamda romantik ilişkilerde bastırma eğilimi gösteren bireylerin, partnerleriyle açık iletişim kurmakta zorlandıkları, duygusal yakınlığı azaltarak ilişkinin kalitesini düşürdükleri belirlenmiştir (English, John ve Gross, 2013: s. 519). Bastırılan duygular zamanla birikerek, ilişkinin genel doyumunda düşüşe, partnerler arasında uzaklaşmaya ve uzun vadede ilişkinin sona ermesine neden olabilmektedir.

Öte yandan duygusal düzenleme becerileri, ilişki doyumunu doğrudan etkilediği gibi, dolaylı yollarla da etkileyebilir. Bu noktada bir örnek vermemiz gerekirse, etkili duygusal düzenleme, çatışma çözme becerilerini geliştirir; bu da ilişkide yaşanan stresin azaltılmasını sağladığı anlaşılmaktadır (Overall, Fletcher ve Simpson, 2006: s. 1000). Bunun yanı sıra çatışmaların yapıcı bir şekilde ele alınması, bireylerin ilişkiden aldıkları tatmini artırmakta ve ilişkilerin uzun ömürlü olmasına katkıda bulunmaktadır. Ayrıca bu duruma bağlanma kuramı perspektifinden bakıldığında ise, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin duygusal düzenleme becerilerinin daha güçlü olduğu ve bu nedenle ilişkilerinde daha yüksek doyum yaşadıkları görülmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007: s. 174). Güvensiz bağlanmaya sahip bireylerde ise bu durum, genel anlamda duygusal düzenleme stratejilerinin daha disfonksiyonel olduğunu ve bu durumun ilişki kalitesinde düşüşe neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Simpson, Rholes ve Phillips, 1996: s. 465). Diğer yandan kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde de, ilişkilerinde yoğun duygusal tepkiler gösterebildiği anlaşılmış ve bu yönde kaçınan bağlanan bireyler ise duygusal tepkilerini bastırma eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Dolayısıyla her iki durumda da, duygusal düzenleme zorlukları ilişki doyumunu azaltan bir faktör olarak ortaya çıktığı noktasında ortak bir noktada varsayım yapılabilir.

Bununla birlikte duygusal düzenleme becerileri aynı zamanda partnerin duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olmayı da kolaylaştırmaktadır. Özellikle bu noktada bir partnerin, diğerinin duygusal durumunu anlama ve uygun destek sağlama kapasitesi, ilişkinin güvenliğini ve doyumunu artırmaktadır (Reis ve Shaver, 1988: s. 385). Duygusal empati, ilişki doyumunun önemli belirleyicilerinden biri olmakla birlikte aynı zamanda en etkili yöntem olarak duygusal düzenleme stratejileri olarak empatik yanıtların kalitesini artırmaktadır. Bu noktada yapılan bir çalışmada ise Krueger ve Iacono (2009: s. 225), erken yetişkinlik döneminde duygusal düzenleme becerileri güçlü olan bireylerin, yıllar

sonra daha tatmin edici ve daha uzun süreli ilişkiler sürdürdükleri sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgu, özellikle duygusal düzenlemenin sadece anlık ilişki kalitesi üzerinde değil, uzun vadeli ilişki dinamiklerinde de belirleyici bir rol oynadığını da göstermektedir.

Duygusal düzenleme stratejilerinin ilişki doyumuna etkisi kültürel faktörlere göre de değişiklik gösterebildiği yönünde bazı çalışmalara da rastlanılmıştır. Özellikle bireycilik düzeyi yüksek kültürlerde açık duygusal ifade ve bilişsel yeniden çerçeveleme stratejileri ilişki doyumunu artırırken; kolektivist kültürlerde duygusal bastırmanın daha tolere edilebilir olduğu ve ilişkinin sürdürülmesine katkıda bulunabileceği belirtilmiştir (Matsumoto, Yoo ve Nakagawa, 2008: s. 521). Ancak genel olarak duygusal ifade özgürlüğünün ve sağlıklı düzenleme stratejilerinin, her kültürde ilişki doyumunu için önemli olduğu görülmektedir. Dolayısıyla duygusal düzenleme becerilerinin düşük olduğu durumlarda, bireylerin ilişkilerinde daha sık olumsuz iletişim örüntüleri sergiledikleri, partnerlerine yönelik olumsuz atıflarda buldukları ve duygusal mesafeyi artırdıkları bulunmuştur (Sanford, 2007: s. 77).

#### **2.3.4. Kendilik Algısı ve Romantik İlişkiler Üzerindeki Etkiler**

Kendilik algısı kavramı ise literatürde henüz yeni olmakla birlikte ilgili literatürde genel olarak bireyin kendi değerine, yeteneklerine ve kimliğine ilişkin geliştirdiği genel değerlendirmelerini ifade etmektedir. Özellikle bu kavram bireyin benlik saygısı, öz yeterlilik ve kişisel kimlik gibi unsurları içermekte ve yaşamın birçok alanında olduğu gibi romantik ilişkilerde de belirleyici bir rol oynamaktadır (Rosenberg, 1979: s. 46). Bu anlamda romantik ilişkilerde ise, bireylerin kendileri hakkındaki algıları, ilişkilerdeki davranışlarını, beklentilerini ve ilişki doyumlarını doğrudan etkilediği tespi edilmiştir.

Bu anlamda pozitif bir kendilik algısına sahip bireylerin, ilişkilerinde daha güvenli davranışlar sergiledikleri tespit edilmiş ve partnerlerine karşı daha açık ve şeffaf olmakta ve ilişkilerdeki olumsuzlukları kişisel bir tehdit olarak algılanmadıkları anlaşılmıştır (Murray, Holmes ve Griffin, 2000: s. 1055). Dolayısıyla bu bireyler, romantik ilişkilerde yaşanan çatışmaları kişisel değersizlikle ilişkilendirmek yerine yapıcı bir perspektifle ele almakta ve duygusal dayanıklılık göstermektedirler. Bu bağlamda, sağlıklı bir kendilik algısının, romantik ilişki doyumunun artmasına önemli katkılar sağladığı noktasında bir fikire varılabilir. Buna karşın düşük kendilik algısına sahip bireylerin, ilişkilerinde daha fazla güvensizlik, kıskançlık ve duygusal bağımlılık gibi olumsuz davranışlar sergileme eğiliminde oldukları düşünülmektedir (Campbell, 1999: s. 541). Özellikle kendilerini değersiz ya da yetersiz hisseden bireylerin, partnerlerinin

sevgisini ve bağlılığını sürekli olarak test etme ihtiyacı duyabildiğini ve bu da ilişkilerde stres ve çatışma düzeyini artırarak doyumun azalmasına neden olduğu sonucuna varılmıştır (Murray, Holmes ve Collins, 2006: s. 166). Bunun yanı sıra düşük özsaygıya sahip bireyler ayrıca olumsuz geri bildirimlere karşı daha hassas oldukları için, partnerlerinden gelen eleştirileri abartılı biçimde algılayabilir ve bunun sonucunda ilişkilerinde duygusal kopukluk yaşayabildikleri saptanmıştır.

Bağlanma kuramı perspektifinden bakıldığında ise, bu durum özellikle kendilik algısının, bireylerin bağlanma stilleri ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu noktada güvenli bağlanmaya sahip bireylerin, genellikle olumlu bir kendilik algısına sahiptirler; kendilerini sevebilir ve değerli gördükleri saptanmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991: s. 228). Bu olumlu algı, ayrıca romantik ilişkilerde duygusal yakınlık kurma ve sürdürme becerilerini desteklediği tespit edilmiştir. Öte yandan, kaygılı bağlanmaya sahip bireylerin ise, daha düşük özsaygı ile karakterize edildikleri tespit edilmiştir (Collins ve Read, 1990: s. 650).

Öte yandan kendilik algısının romantik ilişkiler üzerindeki etkisini açıklamak için geliştirilen modellerden biri de kendini doğrulama teorisidir. Bu teoriye göre, bireyler, kendileri hakkındaki mevcut inançlarını doğrulayacak sosyal etkileşimlere yönelme eğiliminde oldukları açıklanmaktadır (Swann, 1987: s. 105). Dolayısıyla, düşük özsaygıya sahip bireyler, partnerlerinden gelen olumsuz geri bildirimlere daha fazla dikkat ederken, yüksek özsaygıya sahip bireyler olumlu geri bildirimlere daha açık olabilmektedirler. Bu süreç, ilişkide algılanan destek ve tatmin düzeyini doğrudan etkilemektedir.

Kendilik algısı, aynı zamanda ilişki içinde yaşanan güven duygusu üzerinde de etkili olabilmektedir. Özellikle kendine güveni yüksek bireylerin, partnerlerinin sadakatinden ve sevgisinden daha emin oldukları için, ilişkilerinde daha az kıskançlık, şüphe ve kontrolcü davranış sergiledikleri anlaşılmıştır (Barelds ve Dijkstra, 2011: s. 152). Buna karşın, kendilik algısı zayıf bireyler, partnerlerinin davranışlarını daha fazla tehdit olarak algılayabilir ve bu da ilişkinin güvenli bağ yapısının zedelenmesine yol açabileceği de eklenmektedir.

Bunun yanı sıra romantik ilişkilerde kendilik algısının bir diğer önemli boyutu da bireylerin ilişki içerisindeki çatışmalara verdikleri tepkilerdir. Özellikle pozitif bir kendilik algısına sahip bireylerin, çatışmaları kişisel bir başarısızlık olarak görmek yerine, çözüm odaklı yaklaşabildikleri tespit edilmiştir (Knee, 1998: s. 612). Bu bireyler, aynı zamanda hem kendilerinin hem de partnerlerinin ihtiyaçlarını dikkate alarak çatışma

yönetimi stratejileri geliştirebilirler. Ancak düşük özsaygıya sahip bireyler, çatışmaları kendi değersizliklerinin bir kanıtı olarak yorumlama eğiliminde oldukları için, duygusal tepkileri daha yoğun ve yıkıcı olabilmektedir. Dolayısıyla bu yönde yapılan araştırmalarda gösteriyor ki, düşük kendilik algısına sahip bireylerin ilişkilerde daha fazla duygusal bağımlılık gösterdiğini ve ayrılık korkusu nedeniyle işlevsiz ilişkileri sürdürme eğiliminde olduklarını göstermektedir (Murray, Rose ve Holmes, 2008: s. 1415). Bu bireyler, ayrıca ilişkiyi sona erdirmenin kendi değerlerine yönelik bir tehdit oluşturacağından korkarak, mutsuz oldukları ilişkileri bile sürdürmeye çalışabilirler. Bu da hem bireysel ruh sağlığını hem de ilişki doyumunu olumsuz etkileyen bir dinamik yaratmaktadır.

Öte yandan kendilik algısının ilişkilerdeki etkisi, bireyin duygusal düzenleme becerileri ile de yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Özellikle kendine güveni yüksek bireylerin, duygusal tepkilerinin daha sağlıklı bir şekilde yönettikleri anlaşılmıştır. Diğer yandan düşük özsaygıya sahip bireyler ise duygusal dalgalanmalara daha yatkın oldukları tespit edilmiştir (Thompson, 1994: s. 29). Bu durum, ilişkilerde yaşanan stresin yönetilmesini zorlaştırmakta ve uzun vadede ilişki doyumunu azalttığı noktasında bir görüşü ortaya koymaktadır. Son olarak, sosyal destek algısı da kendilik algısı ile ilişkili olmakla birlikte bu anlamda pozitif bir kendilik algısına sahip bireylerin, partnerlerinden aldıkları desteği daha gerçekçi ve olumlu bir şekilde algılayabilecekleri savunulmaktadır (Lakey ve Cassady, 1990: s. 351). Dolayısıyla düşük kendilik algısına sahip bireyler ise, partnerlerinin sunduğu desteği yetersiz veya koşullu olarak algılayarak ilişkilerinde tatminsizlik yaşayabilmeleri de olası olarak görülmektedir.

### **2.3.5. Literatürde Çocukluk Travmaları ve İlişki Doyumu Üzerine Yapılmış Çalışmalar**

Çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimlerin bireylerin yetişkinlikteki romantik ilişkilerine olan etkilerine yönelik son yıllarda yapılmış ek çok çalışma bulunmaktadır. Özellikle psikoloji literatüründe yoğun şekilde araştırılan bir konu olan bu çalışmalar, özellikle çocukluk travmaları noktasında bireylerin kendilik algısını, başkalarına yönelik güvenini ve duygusal düzenleme becerilerini etkileyerek ilişki doyumunda azalmaya yol açabildikleri noktasında odak noktası oluşturmuştur (Colman ve Widom, 2004: s. 484). Bu noktada ilgili alanyazında yapılan çalışmalara odaklandığımızda ise, bu durum özellikle farklı travma türlerinin ve şiddet düzeylerinin ilişki doyumunu üzerindeki etkilerini kapsamlı bir şekilde incelemesini yapmış ve bu yönde

çeşitli mekanizmaların oluşumunu desteklemiştir. Diğer yandan çocukluk çağı travmalarının ilişki doyumu üzerindeki etkisini ilk sistematik biçimde inceleyen araştırmalardan biri olan Felitti ve arkadaşlarının (1998) yürüttüğü Adverse Childhood Experiences çalışması, bu noktada öne çıkan çalışmalardan biridir. Bu geniş ölçekli çalışmada, özellikle çocukluk döneminde yaşanan kötü muamele, istismar ve ihmal gibi deneyimlerin yetişkinlikte hem fiziksel hem de ruhsal sağlık sorunları ile güçlü şekilde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Felitti, 1998: s. 247). Bunun yanı sıra ilişki doyumunu etkileyen bir durum olarak değerlendirilmiş ve erken dönem travmaların, romantik ilişkilerde bağlanma sorunlarına, güvensizlik ve çatışmalara zemin hazırladığı sonucuna varılmıştır.

Bir başka çalışmada ise Briere ve Rickards (2007: s. 449), çocuklukta cinsel istismara maruz kalan bireylerin yetişkinlikte daha düşük ilişki doyumu yaşadıklarını ortaya koymuştur. Araştırma sonucuna göre, bu bireyler partnerlerine karşı daha az güven duymakta ve daha sık duygusal kopukluk yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır..Ayrıca, cinsel istismara maruz kalan bireylerde duygusal yakınlıktan kaçınma davranışlarının daha yaygın olduğu ve bu durumun da ilişki doyumunu olumsuz etkilediği belirlenmiştir.

Başka bir çalışmada ise Riggs, Cusimano ve Benson (2011: s. 395) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ise, çocukluk çağı travmalarının ilişki doyumu üzerindeki etkisinde bağlanma stillerinin aracı rol oynadığı bulunmuştur. Araştırmada aynı zamanda çocuklukta travma yaşamış bireylerin yetişkinlikte daha çok kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri geliştirdiği, bu bağlanma stillerinin ise ilişki doyumunu düşürdüğü gösterilmiştir. Bu bulgu, özellikle erken yaşantıların bağlanma örüntüleri üzerinden romantik ilişkileri şekillendirdiğini desteklemektedir. Bunun yanı sıra Whisman (2006: s. 592) tarafından yapılan bir meta-analiz çalışması, çocukluk travmalarının hem doğrudan hem de dolaylı etkilerle ilişki doyumunu azalttığını göstermiştir. Çalışmada, çocuklukta yaşanan fiziksel ve duygusal istismar, yetişkinlikte depresyon ve anksiyete belirtileri ile ilişkilendirilmiş ve bu psikopatolojik belirtilerin de ilişki doyumunda düşüşe katkı sağladığı belirtilmiştir. Bu sonuçlar, travmaların bireyin genel psikolojik iyilik halini etkileyerek dolaylı yoldan romantik ilişki kalitesini de bozduğunu göstermektedir.

Diğer taraftan, bazı çalışmalar olumlu başa çıkma mekanizmalarının çocukluk travmalarının ilişki üzerindeki olumsuz etkilerini hafifletebileceğini ortaya koymuştur. Wingo, Fani, Bradley ve Ressler (2010: s. 296) tarafından yapılan bir çalışmada, güçlü sosyal destek sistemlerine sahip bireylerin, çocuklukta yaşadıkları travmalara rağmen

daha sağlıklı romantik ilişkiler kurabildikleri bulunmuştur. Bu bulgu, koruyucu faktörlerin travmanın olumsuz sonuçlarını modere edebileceğine işaret etmektedir.

Dolayısıyla son yıllarda yapılan bu çalışmalarda özellikle çocukluk travmalarının romantik ilişkiler üzerindeki etkilerini açıklamak için geliştirilen modellerden biri de duygusal düzenleme modeli olarak öne çıkmıştır. Bu bağlamda Cloitre ve arkadaşları (2005: s. 115) tarafından ileri sürülen bu modele göre, çocukluk travmaları bireyin duygusal düzenleme kapasitesini zayıflatmakta, bu da yetişkinlikte romantik ilişkilerde duygusal yakınlık kurmayı ve sürdürmeyi zorlaştırmaktadır. Bu model, özellikle duygusal ihmal ve istismarın ilişki doyumu üzerindeki etkilerini açıklamada güçlü bir kuramsal çerçeve sunmaktadır.

Travmatik çocukluk yaşantılarının etkisi, sadece bireyin kendisiyle sınırlı kalmamakta, aynı zamanda partnerinin ilişki doyumunu da etkileyebilmektedir. Bu noktada Lam, McBride ve Wright (2018: s. 48) tarafından yürütülen bir çalışmada, travma geçmişi olan bireylerin partnerlerinin, ilişkinin güvenlik ve destek algısında azalma yaşadıkları bulunmuştur. Bu sonuç, çocukluk travmalarının çift düzeyinde bir etkisi olduğunu ve sadece bireysel değil, ilişki düzeyinde de ele alınması gerektiğini göstermektedir.

Türkiye’de yapılan çalışmalar da ise çocukluk çağı travmaları ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi desteklemektedir. Örneğin, Demircioğlu ve Gençdoğan (2015: s. 78) tarafından yürütülen bir araştırmada, çocukluk çağı travmaları düzeyi yüksek olan bireylerin romantik ilişki doyumlarının düşük olduğu, bu bireylerin duygusal düzenleme becerilerinin de zayıf olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada, duygusal ihmalin ilişki doyumu üzerinde diğer travma türlerine kıyasla daha güçlü bir etkisinin olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, Kağıtçıbaşı (2000: s. 124) bireylerin erken dönem aile yaşantılarının, yetişkinlikteki ilişki kalitesini doğrudan etkilediğini ileri sürmüştür. Özellikle duygusal destekten yoksun aile ortamlarında yetişen bireylerin, yetişkinlikte ilişkilerinde daha fazla bağımlılık, güvensizlik ve doyum düşüklüğü yaşadıkları gösterilmiştir. Bu bağlamda, çocukluk travmalarının bireyin hem içsel psikolojik yapısını hem de kişilerarası ilişkilerini derinden etkilediği vurgulanmaktadır.

Türkiye’de yapılan başka bir çalışmada, Aydın ve Korkut (2016: s. 213) çocuklukta ihmal ve istismar yaşamış bireylerin evlilik doyumlarının düşük olduğunu, bu bireylerin evliliklerinde daha fazla çatışma ve iletişim sorunları yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Bu çalışma, Türkiye bağlamında da çocukluk travmalarının yetişkinlikteki ilişki kalitesi üzerinde olumsuz etkiler yarattığını doğrulamaktadır.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları ile ilişki doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik olarak gerçekleştirilmiş ilişkisel tarama modeli çerçevesinde uygulanmıştır. Özellikle ilişkisel tarama modeli kullanılara, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlayan bir araştırma deseni tercih edilmiştir (Karasar, 2012: s. 81). Bu çalışmada, aynı zamanda çocuklukta yaşanan travmatik deneyimlerin yetişkinlik dönemindeki ilişki doyumuna olan etkileri nicel veriler aracılığıyla analiz edilmiştir.

#### 3.2 Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmanın genel amacı, yetişkin bireylerde çocukluk çağı travmaları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkinin düzeyini ve yönünü ortaya koymaktır. Bu kapsamda çocukluk çağı döneminde yaşanan duygusal ihmal, duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar gibi olumsuz yaşantılar, bireylerin romantik ilişkilerindeki doyum düzeylerine etkisi noktasında incelenmesi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca araştırmanın önemini ise, bireylerin erken yaşantılarının yetişkinlik ilişkilerine olan etkilerini daha iyi anlamaya katkı sağlaması ve olası psikolojik müdahale programlarının geliştirilmesine ışık tutması oluşturmaktadır.

#### 3.3 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Türkiye genelinde farklı yaş ve cinsiyet gruplarından yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Özellikle araştırmanın örneklemini ise herhangi bir yaş ve cinsiyet kısıtlaması olmaksızın gönüllülük esasına göre seçilen 300 yetişkin birey üzerinden oluşturulmuştur. Bu kapsamda katılımcıların yaşları 18 ile 45 yaş ve üzeri arasında değişmektedir. Bunun yanı sıra katılımcıların %48,3'ü kadın, %51,7'si erkektir olarak ortaya çıkmıştır. Çalışmada aynı zamanda yaş, cinsiyet, eğitim durumu veya çalışma durumu gibi demografik değişkenler dahil edilmiş ancak örneklem seçiminde belirli bir sınırlama yapılmamıştır.

### 3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışmamızda veri toplamak amacıyla iki farklı ölçek kullanılmıştır. Bu ölçekler ise, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve İlişki Doyumu Ölçeği şeklinde seçilmiştir. Ayrıca katılımcıların demografik bilgilerine yönelik bir bilgi formu da hazırlanmıştır.

#### 3.4.1 Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiş olup, bireylerin çocukluk dönemlerinde yaşadıkları olumsuz deneyimleri değerlendirmeyi amaçlayan bir öz bildirim formudur. Ölçek, her biri beşli Likert tipi (1 = Hiçbir zaman, 5 = Çok sık) üzerinden değerlendirilen 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçek kapsamında, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal olmak üzere beş farklı çocukluk travması alt boyutu yer almaktadır.

Ölçeğin toplam puanı hesaplanırken olumlu ifadeler ters çevrilmekte ve olumsuz ifadeler doğrudan eklenmektedir. Ters kodlama işlemi 2, 5, 7, 13, 19, 26 ve 28. maddelere uygulanmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından gerçekleştirilmiş; çalışmada Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı .93 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .90 olarak rapor edilmiştir.

Bu araştırmada elde edilen sonuçlara göre, ölçeğin genel Cronbach's alpha katsayısı .89 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için ise iç tutarlılık katsayıları şu şekilde saptanmıştır: Duygusal İstismar için .80, Fiziksel İstismar için .71, Fiziksel İhmal için .71, Duygusal İhmal için .89 ve Cinsel İstismar için .82.

#### 3.4.2 İlişki Doyumu Ölçeği

İlişki Doyumu Ölçeği, Hendrick (1988) tarafından, evli çiftler, birlikte yaşayan partnerler ya da nişanlı bireyler gibi romantik ilişki içerisindeki kişilerin ilişkilerinden elde ettikleri doyum düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, her biri 7 dereceli Likert tipi bir ölçek üzerinden değerlendirilen toplam 7 maddeden oluşmaktadır (örneğin: "İlişkiniz başlangıçta beklediğiniz gibi mi gelişti?"). Ölçekte 4. ve 7. maddeler ters kodlanmıştır. Maddelerden elde edilen puanların yüksek olması bireyin ilişki doyumunun yüksek olduğunu; düşük puanlar ise ilişki doyumunun düşük düzeyde olduğunu göstermektedir.

İlişki Doyumu Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Curun (2001) tarafından gerçekleştirilmiş olup, ölçeğin orijinal yapısına sadık kalınarak

tek faktörlü bir yapı sergilediği belirlenmiştir. Yapılan çalışmalarda ölçeğin Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısının .86 olduğu bulunmuştur. Bu araştırmada ise İlişki Doyumu Ölçeği için hesaplanan Cronbach alpha değeri .93 olarak tespit edilmiştir.

### **3.4.3 Demografik Bilgi Formu**

Çalışmamızda katılımcılara yönelik değerlendirmede ise genellikle yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası ve ebeveynlerinin birliktelik durumuna ilişkin bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan bir demografik bilgi formu kullanılmıştır.

### **3.5. Veri Toplama Süreci**

Araştırmamızdan toplanan veriler, SPSS 25.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler olan frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Ayrıca ilişkisel analizler için bağımsız örneklemler olan t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Bunun yanı sıra, anlamlı farklılıkların tespitinde ise, TUKEY testi kullanılmış olup anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak kabul edilmiştir.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

#### 4.1 Demografik Bilgilerin Dağılımı

Tablo 1 Demografik Bilgi Formu Dağılımı

Katılımcıların demografik bilgilerinin dağılımı frekans analizi ile incelenmiştir.

		n	%
Yaş	18-25	39	13,0
	26-35	115	38,3
	36-45	106	35,3
	45+	40	13,3
	Total	300	100,0
Cinsiyet	Kadın	145	48,3
	Erkek	155	51,7
	Total	300	100,0
Annenizin eğitim durumu:	İlkokul	97	32,3
	Ortaokul	41	13,7
	Lise	113	37,7
	Üniversite	35	11,7
	Y. Lisans/Doktora	14	4,7
	Total	300	100,0
Baba Eğitim	İlkokul	83	27,7
	Ortaokul	45	15,0
	Lise	141	47,0
	Üniversite	28	9,3
	Y. Lisans/Doktora	3	1,0
	Total	300	100,0
Çalışma durumu	Çalışmıyorum	83	27,7
	Evet, yarı zamanlı	61	20,3
	Evet, tam zamanlı	156	52,0
	Total	300	100,0
Kardeş Sayısı	Yok	36	12,0
	1	88	29,3
	2	83	27,7
	3 ve daha fazla	93	31,0
	Total	300	100,0
Doğum sırası	Tek çocuk	36	12,0
	İlk	133	44,3
	Ortanca	71	23,7
	Son	60	20,0
	Total	300	100,0

Yaş gruplarına göre dağılım incelendiğinde; 18-25 yaş grubu kişilerin oranı %13, 26-35 yaş grubu kişilerin oranı %38,3, 36-45 yaş grubu kişilerin oranı %35,3, 45+ yaş grubu kişilerin oranı %13,3'tür. Katılımcıların %48,3'ü kadın, %51,7'si ise erkektir. Anne eğitim durumuna göre dağılım incelendiğinde annesi ilkokul mezunu olanların oranı %32,3, ortaokul mezunu olanların oranı %13,7, lise mezunu olanların oranı %37,7, üniversite mezunu olanların oranı %11,7, Y.Lisans/Doktora mezunu olanların oranı %4,7'dir. Baba eğitim durumuna göre dağılım incelendiğinde babası ilkokul mezunu olanların oranı %27,7, ortaokul mezunu olanların oranı %15, lise mezunu olanların oranı %47, üniversite mezunu olanların oranı %9,3, Y.Lisans/Doktora mezunu olanların oranı %1'dir. Çalışma durumuna göre dağılım incelendiğinde çalışmayanların oranı %27,7, yarı zamanlı çalışanların oranı %20,3, tam zamanlı çalışanların oranı %52'dir. Kardeş sayısına göre dağılım incelendiğinde kardeşi olmayanların oranı %12, tek kardeşi olanların oranı %29,3, iki kardeşi olanların oranı %27,7, 3 ve daha fazla kardeşi olanların oranı %31'dir. Doğum sırasında göre dağılım incelendiğinde tek çocuk olanların oranı 512, ilk sırada doğanların oranı %44,3, ortanca olanların oranı %23,7, son çocuk olanların oranı %20'dir.

		n	%
Ebeveynlerinizin beraberlik durumu	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	18,0
	Boşanmış	21	7,0
	Evli ancak ayrı	31	10,3
	Evli beraber	194	64,7
	Total	300	100,0
Ebeveynlerinizin çocuk yetiştirme tutumunuz nasıl algılıyorsunuz?	Aşırı hoşgörülü	70	23,3
	Aşırı koruyucu	84	28,0
	Baskıcı/Otoriter	55	18,3
	Demokratik	51	17,0
	İlgisiz/Reddedici	11	3,7
	Mükemmeliyetçi	29	9,7
	Total	300	100,0

Ebeveyn beraberlik durumu dağılımı incelendiğinde birisi veya ikisi vefat edenlerin oranı %18, boşanmış olanların oranı %7, evli ancak ayrı olanları oranı %10,3, evli beraber olanların oranı %64,7'dir. Katılımcıların ebeveynlerinin çocuk yetiştirme tutumlarını algılama durumları incelendiğinde aşırı hoşgörülü %23,3, aşırı koruyucu

%28, baskıcı otoriter %18,3, demokratik %17, ilgisiz/reddedici %3,7, mükemmeliyetçi olarak algılayanların oranı ise %9,7'dir.

#### 4.2 Ölçeklere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	N	Minimum	Maximum	Ortalama	Std. Sapma
Duygusal İhmal	300	10,00	42,00	25,19	5,75
Duygusal İstismar	300	5,00	20,00	7,54	2,72
Fiziksel İstismar	300	5,00	19,00	6,57	2,29
Fiziksel İhmal	300	5,00	16,00	8,84	1,54
Cinsel İstismar	300	5,00	16,00	6,50	2,23
İlişki Doyumu	300	7,00	46,00	34,52	6,71

**Tablo 2 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Yaş Gruplarına Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun yaş gruplarına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı bağımsız gruplarda t testi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	18-25	39	25,87	7,51	4,911	0,002*
	26-35	115	26,57	6,03		
	36-45	106	23,94	4,68		
	45+	40	23,88	4,68		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	18-25	39	7,64	3,02	0,068	0,977
	26-35	115	7,50	2,62		
	36-45	106	7,49	2,81		
	45+	40	7,68	2,58		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	18-25	39	6,90	2,76	2,045	0,108
	26-35	115	6,88	2,19		
	36-45	106	6,20	2,34		
	45+	40	6,35	1,73		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	18-25	39	8,56	1,23	1,538	0,205
	26-35	115	8,89	1,34		
	36-45	106	8,75	1,54		
	45+	40	9,25	2,18		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	18-25	39	6,54	2,74	1,337	0,263
	26-35	115	6,77	2,32		
	36-45	106	6,17	1,96		
	45+	40	6,58	2,07		
	Total	300	6,50	2,23		

\*p<0,05

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin yaş gruplarına göre değişimi incelendiğinde; duygusal ihmal alt boyutunun yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken (p<0,05), diğer alt boyutların anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren duygusal ihmal alt boyutu için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre; 18-25, 26-35 yaş grubu kişilerin duygusal ihmal düzeyleri 36-45 ve 45+ yaş gruplarından anlamlı derecede daha yüksektir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumunu	18-25	39	33,82	6,50	1,022	0,383
	26-35	115	34,22	6,23		
	36-45	106	35,41	6,66		
	45+	40	33,73	8,25		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumunun yaş gruplarına göre değişimi incelendiğinde; anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p<0,05$ ). Diğer bir ifade ile farklı yaş gruplarındaki kişilerin ilişki doyumları aynı seviyededir denilebilir.

### Tablo 3 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Cinsiyete Göre Değişimi

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun cinsiyete göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı bağımsız gruplarda t testi ile incelenmiştir.

Cinsiyetiniz		N	Ort.	Std. Sapma	t	p
Duygusal İhmal	Kadın	145	23,85	6,10	-4,003	0,000
	Erkek	155	26,45	5,13		
Duygusal İstismar	Kadın	145	7,92	3,16	2,337	0,020
	Erkek	155	7,19	2,19		
Fiziksel İstismar	Kadın	145	6,46	2,52	-0,791	0,430
	Erkek	155	6,67	2,05		
Fiziksel İhmal	Kadın	145	8,85	1,60	0,054	0,957
	Erkek	155	8,84	1,48		
Cinsel İstismar	Kadın	145	6,39	2,35	-0,801	0,424
	Erkek	155	6,60	2,12		

Çocukluk çağı travmalarının cinsiyete göre değişimi incelendiğinde; duygusal ihmal ve duygusal istismar alt boyutlarının cinsiyete göre değişimi anlamlı iken diğer alt boyutlar cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p<0,05$ ).

Cinsiyetiniz		N	Ort.	Std. Sapma	t	p
İlişki Doyumu	Kadın	145	34,19	8,05	-0,815	0,415
	Erkek	155	34,83	5,16		

İlişki doyumunun cinsiyete göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ), diğer bir ifade ile kadın ve erkeklerin ilişki doyumları aynı seviyededir denilebilir.

**Tablo 4 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Anne Eğitim Durumuna Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun anne eğitim durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	İlkokul	97	24,01	6,55	1,762	0,136
	Ortaokul	41	26,24	5,89		
	Lise	113	25,66	4,83		
	Üniversite	35	25,94	5,84		
	Y.Lisans/Doktora	14	24,57	5,53		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	İlkokul	97	7,49	3,11	2,874	0,023*
	Ortaokul	41	7,76	2,22		
	Lise	113	7,19	2,06		
	Üniversite	35	7,69	3,14		
	Y.Lisans/Doktora	14	9,71	3,91		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	İlkokul	97	6,09	2,38	2,280	0,061
	Ortaokul	41	7,17	2,21		
	Lise	113	6,84	1,87		
	Üniversite	35	6,37	2,44		
	Y.Lisans/Doktora	14	6,43	3,74		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	İlkokul	97	8,65	1,48	3,452	0,009*
	Ortaokul	41	8,66	1,33		
	Lise	113	9,04	1,30		
	Üniversite	35	8,51	1,65		
	Y.Lisans/Doktora	14	10,00	2,96		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	İlkokul	97	5,54	1,28	10,772	0,000*
	Ortaokul	41	7,56	2,78		
	Lise	113	7,08	2,24		
	Üniversite	35	5,89	2,15		
	Y.Lisans/Doktora	14	6,93	2,97		
	Total	300	6,50	2,23		

\*p<0,05

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin anne eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde; duygusal istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutlarının anne

eğitim durumuna göre farklılık gösterdiği görülmüştür ( $p < 0,05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumu	İlkokul	97	34,41	8,63	2,305	0,058
	Ortaokul	41	34,98	5,70		
	Lise	113	35,25	4,33		
	niversite	35	33,86	6,26		
	Y.Lisans/Doktora	14	29,71	9,51		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumunun anne eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p > 0,05$ ). Diğer bir ifade ile annesi farklı eğitim düzeyine sahip kişilerin ilişki doyumuna düzeyleri aynı seviyededir denilebilir.

**Tablo 5 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Baba Eğitim Durumuna Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun baba eğitim durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	İlkokul	83	25,34	6,14	0,764	0,549
	Ortaokul	45	26,11	6,56		
	Lise	141	24,84	5,11		
	Üniversite	28	24,64	6,49		
	Y.Lisans/Doktora	3	28,67	2,89		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	İlkokul	83	8,19	3,35	1,827	0,124
	Ortaokul	45	7,40	2,65		
	Lise	141	7,19	2,08		
	Üniversite	28	7,61	3,45		
	Y.Lisans/Doktora	3	7,33	2,08		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	İlkokul	83	6,61	2,89	0,709	0,586
	Ortaokul	45	6,58	2,35		
	Lise	141	6,67	1,87		
	Üniversite	28	6,11	2,17		
	Y.Lisans/Doktora	3	5,00	0,00		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	İlkokul	83	8,95	1,90	2,222	0,067
	Ortaokul	45	8,91	1,14		
	Lise	141	8,91	1,46		
	Üniversite	28	8,04	0,96		
	Y.Lisans/Doktora	3	9,33	2,52		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	İlkokul	83	5,93	1,85	2,795	0,026*
	Ortaokul	45	6,84	2,84		
	Lise	141	6,81	2,15		
	Üniversite	28	6,25	2,37		
	Y.Lisans/Doktora	3	5,00	0,00		
	Total	300	6,50	2,23		

\*p<0,05

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin baba eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde; cinsel istismar alt boyutunu baba eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür (p<0,05). Anlamlı farklılık gösteren cinsel istismar alt

boyutu için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumu	İlkokul	83	33,89	8,57	0,681	0,605
	Ortaokul	45	35,84	5,81		
	Lise	141	34,55	5,93		
	Üniversite	28	34,00	5,84		
	Y.Lisans/Doktora	3	35,67	0,58		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumunun baba eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ). Diğer bir ifade ile babası farklı eğitim düzeyine sahip olanların ilişki doyumu düzeyleri aynı seviyededir denilebilir.

**Tablo 6 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Çalışma Durumuna Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun çalışma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	Çalışmıyorum	83	23,94	5,41	5,177	0,006*
	Evet, yarı zamanlı	61	27,02	5,57		
	Evet, tam zamanlı	156	25,14	5,85		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	Çalışmıyorum	83	7,01	2,24	2,307	0,101
	Evet, yarı zamanlı	61	7,59	2,60		
	Evet, tam zamanlı	156	7,80	2,97		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	Çalışmıyorum	83	6,11	1,75	6,310	0,002*
	Evet, yarı zamanlı	61	7,43	2,86		
	Evet, tam zamanlı	156	6,48	2,21		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	Çalışmıyorum	83	8,76	1,52	0,320	0,726
	Evet, yarı zamanlı	61	8,97	1,84		
	Evet, tam zamanlı	156	8,84	1,43		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	Çalışmıyorum	83	6,23	2,22	2,966	0,053
	Evet, yarı zamanlı	61	7,10	2,41		
	Evet, tam zamanlı	156	6,41	2,14		
	Total	300	6,50	2,23		

\* $p<0,05$

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin çalışma durumuna göre değişimi incelendiğinde duygusal ihmal ve fiziksel istismar alt boyutunun çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken ( $p<0,05$ ), diğer alt boyutların anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren duygusal ihmal ve fiziksel istismar alt boyutları için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumu	Çalışmıyorum	83	35,01	6,54	0,345	0,709
	Evet, yarı zamanlı	61	34,13	6,49		
	Evet, tam zamanlı	156	34,41	6,91		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumunun çalışma durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ). Diğer bir ifade ile çalışanların ve çalışmayanların ilişki doyumları düzeyleri aynı seviyededir denilebilir.

**Tablo 7 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Kardeş Sayısına Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun kardeş sayısına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	0	36	27,33	5,87	3,244	0,022*
	1	88	25,01	5,61		
	2	83	25,73	5,13		
	3 ve daha fazla	93	24,04	6,16		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	0	36	7,42	3,27	0,157	0,925
	1	88	7,53	2,31		
	2	83	7,43	2,37		
	3 ve daha fazla	93	7,69	3,15		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	0	36	6,81	2,52	0,685	0,562
	1	88	6,72	2,05		
	2	83	6,61	1,99		
	3 ve daha fazla	93	6,30	2,63		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	0	36	8,61	1,57	1,257	0,289
	1	88	8,69	1,16		
	2	83	8,84	1,44		
	3 ve daha fazla	93	9,08	1,89		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	0	36	7,00	2,67	3,879	0,010
	1	88	6,97	2,46		
	2	83	6,40	1,85		
	3 ve daha fazla	93	5,96	2,03		
	Total	300	6,50	2,23		

\*p<0,05

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin kardeş sayısına göre değişimi incelendiğinde; duygusal ihmal alt boyutunun kardeş sayısına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği (p<0,05), diğer alt boyutların ise anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren duygusal ihmal alt boyutu için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumu	0	36	34,56	3,64	0,658	0,579
	1	88	35,30	5,96		
	2	83	34,36	6,81		
	3 ve daha fazla	93	33,91	8,09		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumunun kardeş sayısına göre değişimi incelendiğinde; anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ). Diğer bir ifade ile farklı kardeş sayılarına sahip kişilerin ilişki doyumları aynı düzeydedir denilebilir.



**Tablo 8 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun ebeveyn birliktelik durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	24,02	4,89	1,893	0,131
	Boşanmış	21	26,67	6,51		
	Evli ancak ayrı	31	26,65	5,01		
	Evli beraber	194	25,12	5,96		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	7,96	2,59	1,247	0,293
	Boşanmış	21	8,24	3,32		
	Evli ancak ayrı	31	7,58	2,32		
	Evli beraber	194	7,34	2,74		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	6,26	1,77	1,921	0,126
	Boşanmış	21	6,52	2,23		
	Evli ancak ayrı	31	7,45	2,39		
	Evli beraber	194	6,52	2,38		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	9,22	1,79	3,019	0,030*
	Boşanmış	21	8,81	1,47		
	Evli ancak ayrı	31	9,32	1,14		
	Evli beraber	194	8,66	1,51		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	6,54	2,25	0,652	0,582
	Boşanmış	21	6,57	1,96		
	Evli ancak ayrı	31	7,00	2,10		
	Evli beraber	194	6,40	2,28		
	Total	300	6,50	2,23		

\*p<0,05

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin anne baba birliktelik durumuna göre değişimi incelendiğinde fiziksel ihmal alt boyutunun ebeveyn birliktelik durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken (p<0,05), diğer alt boyutların anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren fiziksel ihmal alt boyutu

için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumu	Birisi veya ikisi vefat etmiş	54	35,78	6,53	1,833	0,141
	Boşanmış	21	36,67	4,15		
	Evli ancak ayrı	31	34,45	2,66		
	Evli beraber	194	33,95	7,34		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumunun anne baba birliktelik durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ). Diğer bir ifade ile anne ve babası farklı birliktelik durumuna sahip kişilerin ilişki doyumları aynı seviyededir denilebilir.

**Tablo 9 Çocukluk Çağı Travmaları ve İlişki Doyumunun Ebeveynlerin Yetiştirme Tutumuna Göre Değişimi**

Çocukluk çağı travmaları ölçeği alt boyutları ile ilişki doyumunun ebeveynlerin yetiştirme tutumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Duygusal İhmal	Aşırı hoşgörülü	70	24,91	5,32	3,440	0,005*
	Aşırı koruyucu	84	24,77	5,61		
	Baskıcı/Otoriter	55	25,65	6,35		
	Demokratik	51	24,08	5,86		
	İlgisiz/Reddedici	11	31,55	5,54		
	Mükemmeliyetçi	29	25,72	4,59		
	Total	300	25,19	5,75		
Duygusal İstismar	Aşırı hoşgörülü	70	7,07	1,80	6,551	0,000*
	Aşırı koruyucu	84	7,17	2,44		
	Baskıcı/Otoriter	55	8,84	3,61		
	Demokratik	51	6,76	2,08		
	İlgisiz/Reddedici	11	10,09	3,96		
	Mükemmeliyetçi	29	7,69	2,65		
	Total	300	7,54	2,72		
Fiziksel İstismar	Aşırı hoşgörülü	70	7,14	2,10	2,111	0,064
	Aşırı koruyucu	84	6,39	1,90		
	Baskıcı/Otoriter	55	6,67	2,82		
	Demokratik	51	5,92	1,62		
	İlgisiz/Reddedici	11	7,27	3,61		
	Mükemmeliyetçi	29	6,38	2,76		
	Total	300	6,57	2,29		
Fiziksel İhmal	Aşırı hoşgörülü	70	8,84	1,54	0,682	0,637
	Aşırı koruyucu	84	8,75	1,50		
	Baskıcı/Otoriter	55	9,05	1,63		
	Demokratik	51	8,65	1,44		
	İlgisiz/Reddedici	11	9,36	1,21		
	Mükemmeliyetçi	29	8,86	1,81		
	Total	300	8,84	1,54		
Cinsel İstismar	Aşırı hoşgörülü	70	7,17	2,13	2,520	0,030*
	Aşırı koruyucu	84	6,44	2,21		
	Baskıcı/Otoriter	55	6,15	2,47		
	Demokratik	51	6,39	2,23		
	İlgisiz/Reddedici	11	5,09	0,30		
	Mükemmeliyetçi	29	6,45	2,18		
	Total	300	6,50	2,23		

\*p<0,05

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin ebeveynlerin yetiştirme tarzlarına göre değişimi incelendiğinde; duygusal ihmal, duygusal istismar ve cinsel istismar alt boyutlarının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği ( $p<0,05$ ), diğer alt boyutların ise anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren duygusal ihmal, duygusal istismar ve cinsel istismar alt boyutları için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

		N	Ort.	Std. Sapma	F	p
İlişki Doyumu	Aşırı hoşgörülü	70	35,44	4,51	0,920	0,468
	Aşırı koruyucu	84	34,81	6,44		
	Baskıcı/Otoriter	55	32,96	9,55		
	Demokratik	51	34,65	6,64		
	İlgisiz/Rededici	11	34,82	5,53		
	Mükemmeliyetçi	29	34,07	5,93		
	Total	300	34,52	6,71		

İlişki doyumu ölçeğinin ebeveynlerin yetiştirme tarzlarına göre değişimi incelendiğinde; ölçeğin anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ). Diğer bir ifade ile ebeveynleri tarafından farklı tutumlarda yetiştirilen kişilerin ilişki doyumu düzeyleri aynı seviyededir.

#### **Tablo 10 İlişki Doyumu ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Arasındaki İlişki**

İlişki doyumu ve çocukluk çağı travmaları ölçeklerinin arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır.

		Duygusal İhmal	Duygusal İstismar	Fiziksel İstismar	Fiziksel İhmal	Cinsel İstismar
İlişki Doyumu	r	-,213**	-,155**	-,071	,006	-,065
	p	,000	,007	,218	,922	,264

Buna göre ilişki doyumu ile duygusal ihmal arasında %21,3 düzeyinde negatif yönlü, ilişki doyumu ile duygusal istismar alt boyutu arasında %15,5 düzeyinde negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmaktadır ( $p<0,05$ ). İlişki doyumunun fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar ile anlamlı düzeyde ilişkisi bulunmamaktadır.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın tartışma bölümünde, elde edilen bulguların mevcut literatür ışığında değerlendirilmesi yapılacaktır. Çocukluk çağı travmaları ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkinin yönü ve gücü, daha önce yapılmış ulusal ve uluslararası araştırmalarla karşılaştırılacak, benzerlikler ve farklılıklar ortaya konulacaktır. Araştırma bulgularının teorik ve pratik sonuçları tartışılacak; bağlanma kuramı, duygusal düzenleme teorisi ve kendilik algısı bağlamında yorumlamalara yer verilecektir. Ayrıca çalışmanın sınırlılıkları belirtilecek ve gelecekte yapılacak araştırmalar için öneriler sunulacaktır.

#### 5.1 Tartışma

Günümüzde ruhsal bozuklukların genel arkeolojisinde çocukluk döneminde yaşanan travmaların oluşumunun önemli bir payı olduğu düşünülmektedir. Özellikle bu durumun oluşmasında ortaya çıkan benzeri olay veya yaşantılar, bireylerin gündelik yaşam ilişkilerinin etkilemesinin yanında aynı zamanda romantik ilişkilerinde de ciddi sorunlara yol açmaktadır. Bu noktada çalışmamız kapsamında, yetişkin bireylerin çocukluk çağı travma deneyimleri ile evlilik veya ilişki doyumları arasındaki ilişkiler incelenmiş ve aşağıdaki hipotezler çerçevesinde yorumlanması gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda araştırmamıza sonucunda elde edilen bulgular ışığında, öncelikle çocukluk dönemi travması ile ilişki doyumunu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle bu sonuç, literatürdeki çalışmalarla uyumlu olup, aynı zamanda geçmişte yaşanan kötü deneyimlerin yetişkin ilişkilerine yansiyebileceğini ortaya koymuştur. Bu kapsamda ilgili literatürde yapılan bir çalışmada Quan ve arkadaşlarının (2024), çocukluk travmaları arttıkça romantik ilişki doyumunda belirgin bir azalma gözlenmiş ve travmaların önceden bildirilmiş sonuçlarla tutarlı biçimde ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur (Quan et al., 2024). Benzer şekilde, ülkemizde yapılan bir çalışmada ise bu durum, Muşdal Çelebi ve Polat (2019) evli kadınlar üzerinde yaptıkları çalışmada, çocukluk çağı travma puanları yüksek olan bireylerde evlilik doyumunun anlamlı derecede düşük olduğunu bildirmiştir (Çelebi ve Polat, 2019). Dolayısıyla bu bulgular, bağlanma kuramı çerçevesinde de açıklanabilmekle birlikte aynı zamanda kuramsal anlamda da Bowlby'in çocukluk döneminde kurulan bağlanma modellerine göre uyumlu olarak ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda erken dönemde güven veren bakım vericilerden yoksun kalan veya ihmal ya da

istismar yaşıyan çocukların, güvenli bağlanma geliştirerek ilişkilerinde olumlu iletişim kurma becerileri zayıflar ve ileri yaşlarda güvensiz bağlanma örüntüleri ortaya çıkmaktadır. Özellikle güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerde güvensizlik, terk edilme kaygısı ve düşük özerklik düzeyi sergilemesi, ilişki doyumunun azalmasına neden olduğu bilinmektedir (Miller et all., 2017).

Bununla birlikte, çalışmada fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar alt boyutları ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu, bazı çalışmalardan (Briere ve Rickards, 2007: s. 449) farklılık göstermektedir. Söz konusu çalışmalarda cinsel istismarın uzun vadeli ilişki doyumunu olumsuz etkileyebileceği belirtilmiştir. Dolayısıyla araştırmada anlamlı bir ilişki bulunamaması, kültürel faktörler, örneklem farklılıkları veya katılımcıların yaşadıkları travmaları algılayış biçimlerindeki değişkenlikler ile açıklanabilir.

Diğer yandan demorafik anlamda veriler incelendiğinde ise, özellikle yaş gruplarına göre yapılan analizlerde duygusal ihmal düzeyinin 18–25 ve 26–35 yaş gruplarında, 36–45 ve 45+ yaş gruplarına kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, genç yaş gruplarının çocukluk döneminde aile içi duygusal destekten daha yoksun yetişmiş olabileceğini düşündürmektedir. Özellikle ülkemizdeki mevcut sosyoekonomik ve kültürel değişim süreçlerinin, kuşaklar arasında çocuk yetiştirme tutumlarını etkilediği noktasında bulgularla (Kağıtçıbaşı, 2000: s. 124) uyumluluk göstermektedir.

Öte yandan cinsiyet değişkeni yönünden yapılan analizde ise, erkek katılımcıların duygusal ihmal düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu ve kadınların ise duygusal istismar algılarının erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar, ilgili literatürde yapılan çalışmalarla (Widom ve Morris, 1997: s. 1075) uyumluluk göstermektedir. Ayrıca bu çalışmalarda cinsiyete göre farklı travmatik deneyimlerin yaşanabileceğini gösteren sonuçlarla da örtüştüğü anlaşılmıştır. Fakat ilişki doyumu açısından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmadığı ortaya çıkmıştır. Bu sonuç, ilişki doyumunun cinsiyet faktöründen ziyade bireysel psikolojik faktörlerle daha yakından ilişkili olduğu noktasında desteklemektedir (Whisman, 2006: s. 592).

Bir diğer değişken olan anne ve baba eğitim düzeyine göre yapılan analizlerde ise, özellikle cinsel istismar ve duygusal istismar algılarında anlamlı farklılıklar bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle bu noktada eğitim düzeyi düşük ebeveynlere sahip bireylerde travmatik yaşantıların daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum, aynı zamanda ebeveyn eğitim düzeyinin çocuk yetiştirme tutumlarını ve dolayısıyla

çocukların maruz kaldığı riskleri etkileyebileceğini gösteren araştırmalarla uyumluluk göstermektedir (Gilbert ve ark., 2009: s. 73).

Çalışmanın bir diğer önemli bulgusu ise, ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutumlarına göre duygusal ihmal, duygusal istismar ve cinsel istismar düzeylerinde farklılıklar olduğu sonucudur. Özellikle ilgisiz ya da reddedici ebeveyn tutumlarına sahip ailelere sahip bireylerin duygusal travma düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu, demokratik ebeveyn tutumunun çocuklarda daha sağlıklı duygusal gelişim sağladığını savunan çalışmalarla örtüşmektedir (Baumrind, 1991: s. 68).

Öte yandan, çalışmada yaş, cinsiyet, anne ve baba eğitim durumu, kardeş sayısı, ebeveyn birliktelik durumu ve çalışma durumuna göre ilişki doyumu düzeylerinin anlamlı şekilde değişmediği bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, ilişki doyumunun sadece demografik değişkenlere bağlı olmadığını ve bunun tamamen bireyin psikolojik geçmişi ve ilişki dinamiklerinin belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Murray ve Holmes, 2000: s. 1055).

Dolayısıyla ortaya çıkan bulgular neticesinde, çocukluk travmalarıyla ilişkili psikolojik bozuklukların da ilişki doyumunu düşürebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda travmatik yaşantıların, bireylerin korku, kaygı ve öfke gibi yoğun negatif duygularını yaşamasına yol açmaktadır. Ayrıca bu kişilerde duyguları düzenleme becerileri zayıflar ve ilişkide sürekli stres duyguları da ortaya çıkmaktadır (Renshaw, 2010: Frye-Cox, 2013: DiLillo, 2009: Dan, 2022). Bu bağlamda çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalmak, yetişkinlikte depresyon ve anksiyete riskini artırdığı sonucuna ulaşılmış ve bu da evlilikte doyumsuzluğa giden psikolojik bir zemin oluşturmaktadır (Renshaw, 2010: Frye-Cox, 2013: DiLillo, 2009: Dan, 2022). Çalışmada aynı zamanda travma şiddetinin artışı ile ilişki doyumunun azalması arasında anlamlı ters yönlü bir ilişki bulunması da bu literatürü destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Bu noktada Quan ve ark. (2024) travma şiddeti yüksek olan bireylerde romantik ilişki doyumunun anlamlı oranda azaldığını rapor etmiş ve bunun sonucunda travmalar doğrudan ve bağlanma aracılığıyla doyum düşüşünü öngörmüştür (Quan ve Cohen, 2024). Bizim çalışmamızda ise, yüksek çocukluk travması puanı alan katılımcıların ilişki doyumu ortalamaları daha düşük olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla bu durum, Herman'ın travma kuramına göre erken dönemdeki yoğun stresin bireyin benlik algısı ve baş etme mekanizmalarını bozarak gelecekteki ilişki tatminini negatif öngörüsüyle de uyumluluk göstermektedir. Bunun yanı sıra çalışmada, ilişki doyumu ile duygusal ihmal ve duygusal istismar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuç, çocuklukta

duygusal ihmal ve istismara maruz kalan bireylerin, yetişkinlikte romantik ilişkilerinde daha düşük doyum yaşadıklarını gösteren literatür bulgularıyla uyumlu olduğu noktasında ters düşmemektedir (Colman ve Widom, 2004: s. 484; Riggs ve ark., 2011: s. 395). Kuramsal açıdan ise, Bowlby'nin bağlanma kuramına göre, çocukluk döneminde güvenli bağlanma geliştiremeyen bireyler, yetişkinlikte duygusal yakınlık kurmakta zorlanmakta ve bu da ilişki doyumunda azalmaya yol açtığı bilinmektedir (Bowlby, 1988: s. 77).

Öte yandan elde ettiğimiz bulguların kuramsal bakımdan analizini yaptığımızda ise, elde edilen sonuçlar bağlanma kuramı ve duygusal düzenleme kuramlarıyla oldukça tutarlı olduğu anlaşılmaktadır. Bu noktada literatürde yapılan Quan ve ark.'nın (2024) çalışması, travmanın ilişki doyumunu sadece doğrudan etkilemediğini, aynı zamanda bağlanma stilleri aracılığıyla da etki ettiğini de ortaya koymuştur (Quan et al., 2024), (Miller et al., 2017). Dolayısıyla güvenli bağlanmaya sahip çiftlerin iletişim kalitesinin ve karşılıklı güvenin yüksek, ilişki doyumunun da daha yüksek olduğu, güvensiz bağlanan bireylerde ise memnuniyetsizlik ve iletişim sorunlarının yaygın olduğu sonucuna ulaşılmaktadır (Miller et al., 2017). Ayrıca, Quan ve ark. (2024) literatür taramalarında, travma sonrası stres tepkilerinin ve duyguların bastırılmasının romantik ilişkileri olumsuz etkilediğine dikkat çekmişlerdir (Miller et al., 2017), (Yumbul ve ark., 2010) Çalışmasında duyguların bastırılması gibi duygu düzenleme stratejileri, travmanın ilişki doyumuna dolaylı etkisi olduğu gösterilmiştir (Gottman et al., 1992). Bu bağlamda, çocukluk çağı travmaları yaşayan bireylerin empatik doğruluğu da azalmaktadır. Bu noktada Bradbury ve Shaffer (2015) evli çiftler üzerinde yaptıkları çalışmada, çocuklukta duygusal istismar deneyimi olan eşlerin hem kendi, hem de eşlerinin evlilik doyumlarının düşük olduğunu, bunun bir kısmının olumsuz duyguları algılamadaki güçlüklerle ilgili aracılık edildiği saptanmıştır (Bradbury et al., 2015). Bu noktada çalışmamızın bulgularına baktığımızda ise, genel anlamda travma alt boyutları arttıkça kişinin kendine yönelik olumsuz duyguları ve baş etme güçlükleri artabilir noktasında sonuca ulaşılmış ve bu da empatik kapasiteyi zayıflatarak iletişim sorunlarına ve tatminsizliğe yol açacağı düşüncesine ulaşırmıştır. Dolayısıyla elde ettiğimiz sonuçları hipotezlerle birlikte değerlendirdiğimizde ise:

### ***H1-H2: Travmalar ile ilişki doyumunu arasındaki genel ilişki***

Araştırmamız kapsamında oluşturulan ilk hipotezlerimiz neticesinde ulaşılan bulgular, çocukluk çağı travmalarının bireylerin romantik ilişki doyumlarını anlamlı

düzeyde etkilediğini göstermiştir. Bu sonuç, H2 hipotezini destekler nitelikte olup aynı zamanda H1' hipotezini ise çürütmektedir. Özellikle çocukluk çağında duygusal istismar, cinsel istismar ve ihmal türündeki travmatik yaşantılar, bireylerin ilişkilerinde güven kurma, empati geliştirme ve sağlıklı iletişim yürütme becerilerini olumsuz etkilemektedir. Bu durum, bağlanma kuramı (Bowlby, 1969) çerçevesinde değerlendirildiğinde daha da anlam kazanmaktadır. Güvensiz bağlanma stillerine sahip bireylerin ilişki doyumlarının daha düşük olduğu, güvenli bağlanan bireylerde ise doyum düzeyinin daha yüksek olduğu birçok çalışmada ortaya konmuştur (Mikulincer & Shaver, 2007).

### ***H3-H4: Travma Türleri ve İlişki Doyumu Farklılıkları***

Araştırmamızda bir diğer hipotezimiz kapsamında çocukluk dönemi travma türlerine göre özellikle fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, ihmal vb. ilişki doyumu puanları karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde ise, farklı travma türleri arasında ilişki doyumuna yönelik belirgin farklar olup olmadığını göstermiştir. Bu sonuç, aynı zamanda ilgili alanyazında yapılan çalışmalarla da kıyaslandığında özellikle duygusal ve cinsel istismarın ilişki doyumunu daha olumsuz etkilediği öne sürülmektedir. Bu noktada Quan ve ark. (2024) çalışmasında çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalan bireylerde evlilik doyumunun anlamlı şekilde düşük olduğu bildirilmiştir. Başka bir çalışmada, Bradbury ve Shaffer (2015) cinsel istismarın dolaylı olarak çiftin doyumunu düşürdüğünü ve bu da kadınların ensest tipi cinsel istismarının eşlerinin evlilik doyumunu ciddi biçimde azalttığını göstermiştir. Dolayısıyla çalışmamızdan elde edilen sonuçlarımız da bu yöndeki beklentileri kısmen doğruladığı görülmektedir. Ayrıca çalışmamızda özellikle cinsel ve duygusal istismar öyküsü olan katılımcılarda ilişki doyumu ortalamaları daha düşük bulunurken, fiziksel ihmal ve ihmal türleri arasındaki farklar daha az belirgin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda, travma türlerine göre gözlenen farklılıklar aynı zamanda alanyazında yapılan çalışmalardaki bulgularla da örtüşmektedir. Ayrıca farklı travma türlerinin oluşturduğu travmatik stres yükünün niteliği ve derinliği de ilişki doyumunu etkilediği de anlaşılmıştır.

Dolayısıyla travma alt boyutları incelendiğinde duygusal ve cinsel istismar puanları ile ilişki doyumu arasında negatif bir ilişki gözlemlenmiştir. Çalışmamızın korelasyon analizlerine göre, çocukluk çağı duygusal istismar ve ihmal skorları arttıkça ilişki doyumu puanı azalmıştır. Bu eğilim, Yıldırım'ın (2017) yüksek lisans tezinde de yansımış, çocukluk çağında duygusal ihmal alt boyutunun yetişkinlikte ilişki doyumunu anlamlı negatif tahmin ettiği bildirilmiştir. Bu anlamda fiziksel ihmal ve istismar alt

boyutlarının ilişki doyumu ile korelasyonu daha zayıf çıkmıştır. İlgili alanyazında Yolcu (2021) da ilişki benlik saygısı bağlamında benzer bir bulgu rapor etmiş ve duygusal ihmalin ilişki benlik saygısını olumsuz yönde yordadığı ve diğer travma alt boyutlarının ise birlikte anlamlı açıklayıcılık göstermediği ortaya koymuştur (Yolcu, 2021). Bu sonuç, aynı zamanda duygusal ihmalin yetişkinlikte hem benlik algısını hem de ilişkilere yönelik güveni belirgin şekilde olumsuz etkilediğini öne süren diğer çalışmalarla tutarlıdır. Kısacası, çocukluk çağı travma alt boyutları arasında, özellikle duygusal boyutların ilişki doyumu ile güçlü negatif korelasyon gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

#### ***H5-H6: Travma Alt Boyutlarının Korelasyonu***

Araştırmamızın bir diğer sonucunda ise, çocukluk çağı travmalarının alt boyutları ile ilişki doyumu arasındaki korelasyonların incelenmesinin hipotezlerimiz dahilinde H5 ve H6 hipotezleri karşılaştırılmıştır. Bu noktada ortaya çıkan sonuçlar itibariyle, travma alt boyutlarının her birinin ilişki doyumu üzerindeki bağımsız etkisini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda duygusal ihmal, duygusal istismar ve cinsel istismar alt boyut puanları ile ilişki doyumu arasında anlamlı negatif korelasyonlar tespit edilmiştir. Bu bulgular, aynı zamanda alanyazında yapılmış çalışmalarda yer alan bulgularla uyumluluk (Gottman et al., 1992) ve (Yolcu, 2021) uyumluluk göstermektedir. Dolayısıyla bu tür travmalar, kişide “ben değersizim” veya “kimseye güvenemem” gibi olumsuz bilişsel şemalar noktasında da etkili olabilmektedir. Bu da travmanın bu alt boyutları yüksek olan bireyler, ilişkilerinde partneri ile sağlıklı bir duygusal bağ kurmakta zorlanmakta ve daha düşük doyum olduğunu göstermektedir.

#### ***H7-H8: Travma Türüne Göre Doyum Farklılıkları***

Bir diğer hipotezlerimiz olan H7 ve H8 hipotezleri, travmanın türüne göre bireylerin ilişki doyumu düzeylerinde fark olup olmadığını sorgulamaktadır. Bu bağlamda elde edilen bulgulara göre, travma türüne göre doyumda bazı farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle, çocuklukta duygusal istismar ve ihmal yaşamış katılımcıların evlilik veya ilişki doyumu ortalamalarının, diğer travma türlerine kıyasla daha düşük olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla cinsel istismar türü yaşayanlarda da doyum düşüklüğü tespit edilmiştir, ancak örnekleme daha az katılımcı bulunduğu için istatistiksel güç düşük kalmıştır. Bu anlamda fiziksel istismar ya da ihmal yaşamış bireylerin doyum düzeyleri ise grup içi varyasyona daha çok dağılmıştır.

Ayrıca ortaya çıkan bu sonuçlar, ilgili alanyazında yapılan çalışmalarla da paralel bir tablo çizmektedir. Özellikle, duygusal ihmal veya stismarın, evlilik veya çift ilişki tatminini düşürdüğü noktasında çeşitli sonuçlara ulaşılmıştır (Cohen et al., 2003), (Gottman et al., 1992). Bu anlamda çocuklukta duygusal ihtiyaçları karşılanmamış bireylerde, genel anlamda ilişki içinde terk edilme korkusuyla çatışmalar yaşayabilmektedir. Bu durum, ayrıca empatik tutum konusunda güçlük çekerek partnerleriyle sağlıklı iletişim kurmakta zorlanabilirliği artırmaktadır (Cohen et al., 2003), (Gottman et al., 1992). Sonuç olarak cinsel istismar geçirmiş bireylerde travma bağ kurma ve mahremiyet algısını derinden sarsabileceği için ilişki doyumu düşüklüğü beklense de, çalışmamızda örneklem güçleri sınırlılığı nedeniyle bu etkinin açıkça ortaya çıkmadığı görülmektedir. Bu anlamda H7-H8 kapsamında elde ettiğimiz bulgular, travma tiplerine göre doyuma kısmi farklılıklar olduğunu ve duygusal travmaların ilişki tatmini daha çok olumsuz anlamda etkileyeceğini göstermektedir.

#### ***H9-H10: Demografik Değişkenler***

Çalışmada incelenen demografik değişkenler bağlamında özellikle yaş, cinsiyet, gelir, eğitim düzeyi, ebeveynlerin birlikte olma durumu gibi durumların, ilişki doyumu arasındaki farklılıklar noktasında genel olarak H9 ve H10'u oluşturmaktadır. Bu kapsamda yapılan analiz sonuçlarına göre ise, birçok demografik değişkenin ilişki doyumu üzerinde belirgin bir etkisi bulunmadığına sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda, katılımcıların gelir durumu ya da ebeveynlerinin birliktelik statüsüne göre ilişki doyumu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Alanyazında yapılan çalışmalarda ise Muşdal Çelebi ve Polat (2019) da benzer biçimde, evlilik doyumu ile sosyodemografik faktörler arasında anlamlı ilişki bulamamışlardır (Çelebi ve Polat, 2019).

Öte yandan, cinsiyet farklılıklarıyla ilgili bazı ilginç bulgular da ortaya çıkmıştır. Özellikle ilgili literatürde erkeklerin ve kadınların ilişki doyumu algılarında farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu noktada üniversite öğrencilerinde yaptıkları çalışmada erkek öğrencilerin romantik ilişki doyumlarını kadın öğrencilere kıyasla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur (Yumbul ve Çavuşoğlu, 2010). Bizim bulgularımızda ise cinsiyetler arasındaki fark belirgin çıkmamıştır. Bu tür çelişkiler, örneklem yapısı ve kültürel faktörlerle ilgili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca çalışmamızın örnekleme büyüklüğünde benzer sosyoekonomik ve eğitimsel düzeye sahip bireylerden oluştuğu için cinsiyet etkisinin görece zayıflaması muhtemel olabileceği düşünülmektedir. Bu da

çalışmamızın sınırlılıkları arasında gösterilebilir. Özetle, çalışmamızda demografik değişkenlerin ilişki doyumunu öngörmedeki etkisi zayıf kalmakla birlikte sosyodemografik farklılıkların da ilişki memnuniyetini belirlemede sınırlı olduğu anlaşılmıştır (Çelebi ve Polat, 2019) ve (Miller et al., 2017).

### ***H11-H12: Travma Şiddeti ve İlişki Doyumu***

Çalışmamızın son hipotezleri olan H11 ve H12 hipotezleri, travmanın şiddeti ile ilişki doyumu arasında ters yönlü bir ilişki olması noktasında oluşturulmuştur. Ancak bulgularımız bu hipotezleri destekler nitelikte olmuştur. Özellikle travma puanı yükseldikçe bireylerin ilişki doyumu ortalamaları anlamlı biçimde azaldığı tespit edilmiştir. Bu durum, önceki çalışmalardaki genel olarak paralel göstermektedir. Analiz sonuçları, aynı zamanda travmanın şiddeti arttıkça ilişki doyumunun düştüğünü göstermektedir. Bu bulgular ayrıca H11 ve H12 hipotezlerini doğrulamaktadır. Bunun yanı sıra ağır düzeyde istismar ve ihmal öyküsü olan bireylerin ilişki doyumu puanlarının anlamlı biçimde düşük olması, travma sonrası stres bozukluğu semptomlarının ve benlik değeri sorunlarının ilişki deneyimlerine yansıdığını göstermektedir (Herman, 2007; Quan et al., 2024). Bu anlamda duyguların bastırılması, kaçınma davranışları ve empatik doğruluk eksikliği, ilişki doyumunu olumsuz etkileyen başlıca mekanizmalar olarak dikkat çekmektedir.

Bu kapsamda elde ettiğimiz verilerde ise, yüksek toplam travma skoru alan katılımcıların, ilişkilerinden daha az tatmin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu negatif ilişki durumu, aynı zamanda alanyazında yapılan çalışmalardaki travmanın derecesinin önemine dair bulgularıda yansıtmaktadır. Özellikle, travmanın yoğunluğu arttıkça bireyde gelişen TSBB benzeri semptomlar ve kronik stres tepkileri, ilişki içi çatışmaları ve duygusal uyumu olumsuz yönde etkilemekte olduğu anlaşılmaktadır. Bu da ilişki doyumunun azalmasına yol açmaktadır. Ayrıca Bradley ve Shaffer'ın çalışmalarına göre duygusal istismar ve diğer şiddet seviyeleri arttıkça, bireylerin hem kendileri hem de partnerlerinin evlilik doyumu düşmektedir. Dolayısıyla H11-H12 sonuçlarımız, “*travma şiddeti arttıkça ilişki doyumu azalır*” şeklindeki beklentiyi ve alandaki benzer bulguları doğrulamaktadır.

Toparlayacak olursak araştırmamızdan elde edilen veriler, aynı zamanda ilgili literatür kapsamındaki kuramsal çalışmalarla da (bağlanma kuramı) (Bowlby, 1969), duygu düzenleme kuramı (Gross, 2002) ve travma sonrası stres kuramı (Herman, 1992) gibi yaklaşımlarla tutarlı olduğu saptanmıştır. Buna göre duygusal ihmal ve istismar,

bireyin güvenli bağlanma gelişmesini engelleyerek, yetişkinlikteki ilişki kalitesini doğrudan etkilemektedir. Özellikle güven eksikliği, terk edilme korkusu ve değersizlik duyguları, partnerle kurulan ilişkide tatminsizlik, iletişim sorunları ve duygusal kopukluklara yol açmaktadır. Empatik doğruluk eksikliği, hem bireyin kendisini hem de partnerini anlamasını zorlaştırmakta, bu da doyumun azalmasına neden olmaktadır.



## 5.2 Sonuç

Bu araştırmada, çocukluk çağı travmaları ile yetişkin bireylerin ilişki doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen bulgular, çocukluk döneminde yaşanan duygusal ihmal ve duygusal istismarın yetişkinlikte romantik ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve cinsel istismar değişkenleri ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Çalışmada, yaş değişkenine göre 18–35 yaş grubundaki bireylerin çocuklukta daha fazla duygusal ihmal yaşadıkları, cinsiyete göre ise erkeklerin duygusal ihmal, kadınların ise duygusal istismar algısının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca ebeveynlerin eğitim düzeyinin ve çocuk yetiştirme tutumlarının çocukluk travmaları üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuş, ilgisiz ve reddedici ebeveyn tutumlarının çocuklarda duygusal travmaları artırdığı sonucuna varılmıştır. Buna karşın, yaş, cinsiyet, ebeveyn eğitim durumu gibi demografik değişkenler ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Bu sonuçlar, çocuklukta yaşanan duygusal travmaların bireyin yetişkinlikte kurduğu romantik ilişkilerde güven, bağlılık ve doyum gibi temel ilişki dinamiklerini etkilediğini göstermektedir. Araştırma bulguları, Bowlby'nin bağlanma kuramı, duygusal düzenleme kuramı ve kendilik algısı teorileri ile uyumlu olarak, erken yaşantıların bireyin yetişkinlikteki ilişki kalitesini şekillendirdiğini desteklemektedir.

Ancak çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Örneklemin gönüllü bireylerden oluşması, verilerin yalnızca öz bildirim yoluyla toplanması ve kesitsel bir araştırma deseni kullanılması, sonuçların genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Bu nedenle elde edilen sonuçlar dikkatle yorumlanmalıdır.

İleride yapılacak çalışmalarda, daha geniş ve temsil edici örneklemlele çalışılması, uzunlamasına araştırma desenlerinin kullanılması ve nitel veri toplama yöntemleriyle bulguların derinleştirilmesi önerilmektedir. Ayrıca, çift düzeyinde veri toplayarak partnerler arası dinamiklerin daha bütüncül bir biçimde incelenmesi de gelecekteki araştırmalara önemli katkılar sağlayacaktır.

Sonuç olarak, bu araştırma, çocuklukta yaşanan duygusal travmaların romantik ilişki doyumu üzerinde belirleyici bir etkisinin olduğunu vurgulamakta ve bireysel terapi, çift terapisi ve önleyici ruh sağlığı programları açısından önemli sonuçlar ortaya koymaktadır.

## KAYNAKÇA

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). *Attachments beyond infancy*. American Psychologist, 44(4), 709-716.
- Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ammerman, R.T., Cassisi, J.E., Hersen, M., and Hasselt, V.B.V., 1986, "Consequences of Physical Abuse And Neglect in Children" *Clinical Psychology Review*, 6: p. 291- 310.
- Aptekar, L., and Boore, J.A., 1990, "The emotional effects of disaster on children: A review of the literature" *Int J Ment Health* 19: p.77-90.
- Aydın, G., & Korkut, F. (2016). Çocukluk çağı travmaları ve evlilik doyumunu arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 210-220.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Barelds, D. P. H., & Dijkstra, P. (2011). Positive illusions about a partner's personality and relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 45(2), 152-159.
- Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(4), 482-500.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Beach, S. R. H., Fincham, F. D., & Katz, J. (1998). Marital therapy in the treatment of depression: Toward a third generation of therapy and research. *Clinical Psychology Review*, 18(6), 635-661.
- Bilginer, Ç., Hesapçioğlu, S.T., and Kandil, S., 2013, "Sexual Abuse in Childhood: A Multi Dimensional Look From The View Point of Victims And Perpetrators" *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26: p.55-64.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2015). *Bağlanma ve kaybetme: Kaybetme, üzüntü ve depresyon* (N. Nirven & N. Diner, Çev., Cilt 3). İstanbul: Pinhan.
- Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *Emotion*, 14(1), 130-144.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 862-879.

- Briere John, Evans Diane, Runtz Marsha, Wall Timothy, "Symptomatology in men who were molested as children: A comparison study", *American Journal of Orthopsychiatry*, 1988, 58(3), 457-461.
- Briere, J., & Rickards, S. (2007). Self-awareness, affect regulation, and relatedness: Differential sequels of childhood versus adult victimization experiences. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 195(6), 497-503.
- Bruno Etain vd., "Preferential Association Between Childhood Emotional Abuse and Bipolar Disorder", *Journal of Traumatic Stress*, 2010, 23(3), 376-383, s.380. 86
- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., & Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3(1), 48-67.
- Butzer, B., & Kuiper, N. A. (2008). Humor use in romantic relationships: The effects of relationship satisfaction and pleasant versus conflict situations. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 142(3), 245-260.
- Campbell, W. K. (1999). Narcissism and romantic attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1254-1270.
- Campbell, L., Simpson, J. A., & Orina, M. M. (2011). Prosocial tendencies in relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(1), 193-211.
- Caroline Browne ve Cecelia Winkelman, The effect of childhood trauma on later psychological adjustment, *Journal of Interpersonal Violence*, 22(6), 2007, s.684-697.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications (2nd ed.)*. New York: Guilford Press.
- Cloitre, M., Cohen, L. R., & Koenen, K. C. (2006). *Treating survivors of childhood abuse: Psychotherapy for the interrupted life*. Guilford Press.
- Cloitre, M., Stovall-McClough, K. C., Miranda, R., & Chemtob, C. M. (2005). Therapeutic alliance, negative mood regulation, and treatment outcome in child abuse-related posttraumatic stress disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(2), 211-220.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Cohen E, Dekel R, Solomon Z, Lavie T. Posttraumatic stress symptoms and fear of intimacy among treated and non-treated survivors who were children during the holocaust. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.* (2003) 38:611-7. doi: 10.1007/s00127-003-0681-9
- Colman, R.A. & Widom, C.S., 2004, "Childhood Abuse and Neglect and Adult Intimate Relationships: A Prospective Study" *Child Abuse and Neglect*, 28(11): p. 1133-1151.
- Cutrona, C. E. (1996). *Social support in couples: Marriage as a resource in times of stress*. Sage Publications.
- Cramer, D. (2002). Relationship satisfaction and conflict over minor and major issues in romantic relationships. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 136(1), 75-81.

- Çakmak, B., 2016 “Çocukluk Çağı Travmaları İle Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişki” Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
22. Dan Y. The impact of childhood trauma on satisfaction in intimate relationships: Moderated mediation effect. *Sichuan Normal University* (2022). doi: 10.27347/d.cnki.gssdu.2022.000661
- Davila, J., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1999). Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(5), 783-802.
- Demircioğlu, H., & Gençdoğan, B. (2015). Çocukluk dönemi yaşantılarının romantik ilişki doyumuna etkisi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 35(2), 75-91.
- Donald G. Dutton and Stephen Hart, “Evidence for long-term, specific effects of childhood abuse and neglect on criminal behavior in men”, *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 1992, 36(2), p.129-137.
- Dilci, T. (2014). *Çocuklarımızın karakterini inşa ederken*. Bursa: Sertan Yayınları.
- Dilci, T., & Ağlar, C. (2023). *Dijitist dünyada değersizsiniz*. Gaziantep: Sen Yayınları.
- DiLillo D, Peugh J, Walsh K, Panuzio J, Trask E, Evans S. Child maltreatment history among newlywed couples: a longitudinal study of marital outcomes and mediating pathways. *J Consulting Clin Psychol*. (2009) 77:680. doi: 10.1037/a0015708
- Durmuşoğlu, N. & Doğru, S.S.Y., 2006 “Çocukluk Örseleyici Yaşantılarının Ergenlikteki Yakın İlişkilerde Bireye Etkisinin İncelenmesi” *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15: ss. 237-247.
- Dursunkaya, D., 2007, Duygusal Örselenme Ve İhmal. E. Kerimoğlu (Ed.), Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi İçinde (478-487). *Türkiye Klinikleri Pediatrik Bilimler*, 3: (3).
- Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(11), 631-635.
- English, T., John, O. P., & Gross, J. J. (2013). Emotion regulation and peer-rated social functioning: A four-year longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 47(6), 856-860.
- Favaro, A., Ferrara, S., and Santonastaso, P., 2007, “Self-Injurious Behavior in a Community Sample of Young Women: Relationship With Childhood Abuse and Other Types of Self-Damaging Behaviors,” *The Journal of Clinical Psychiatry* 68(1): p.122-31.
- Felitti, V. J. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245-258.
- Feeney, J. A. (1999). *Adult romantic attachment and couple relationships*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 355-377). Guilford Press.
- Foa, E. B., & Rothbaum, B. O. (1998). *Treating the trauma of rape: Cognitive-behavioral therapy for PTSD*. New York: Guilford Press.

- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Fredman, S. J., Monson, C. M., & Adair, K. C. (2011). Implementing cognitive-behavioral conjoint therapy for PTSD with couples: Lessons learned. *Psychotherapy*, 48(1), 108-114.
- Freud, S., 1955, *The Etiology of Hysteria*, Standard Ed. London: Hogarth Press.
- Frye-Cox NE, Hesse CR. Alexithymia and marital quality: The mediating roles of loneliness and intimate communication. *J Family Psychol.* (2013) 27:203. doi: 10.1037/a0031961
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3–24). New York: Guilford Press.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130(4), 574-600.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Heather A. Turner and Melisa J. Butler, “Direct and indirect effects of childhood adversity on depressive symptoms in young adults”, *Journal of youth and adolescence*, 2003, 32(2), p.89-103.
- Herman, J.L., 2007, *Travma ve iyileşme*, (Çev., T. Tosun), Literatür Yayıncılık, İstanbul. (Eserin orijinali 1992’de yayımlandı).
- Herman, J., 2007, *Travma ve İyileşme, Şiddetin Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre*. (Çev., T. Tosun) I. Basım, Literatür Yayınları 509, İstanbul.
- Herrenkohl, E.C., Egof, B.P. and Herrenkohl, C., 1997, “Preschool Antecedents of Adolescent Assaultive Behavior: A Longitudinal Study” *American Journal of Orthopsychiatry*, 67: p. 422-432.
- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241(4865), 540-545.
- Jacobson, N. S., & Christensen, A. (1996). *Integrative couple therapy: Promoting acceptance and change*. W. W. Norton & Company.
- Jocelyn Brown vd., “Childhood abuse and neglect: specificity of effects on adolescent and young adult depression and suicidality”, *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 1999, 38(12), p.1490-1496.
- John Briere vd., “Symptomatology in men who were molested as children: A comparison study”, *American Journal of Orthopsychiatry*, 1988, 58(3), p.457.
- Judith Lewis Herman, *Travma ve İyileşme: şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre*, 3. Basım, Literatür Yayıncılık, İstanbul, 2007, s.125.
- Gottman JM, Levenson RW. Marital processes predictive of later dissolution: behavior, physiology, and health. *J Pers Soc Psychol.* (1992) 63:221. doi: 10.1037/0022-3514.63.2.221
- Gottman, J. M. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. New York: Crown.

- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Gulledge, A. K., Gulledge, M. H., & Stahmann, R. F. (2003). Romantic physical affection types and relationship satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 31(4), 233-242.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim Yayınları.
- Kara, B., Çocuk istismarı, *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47(2), 2004, s.140-151.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Kaya, Ö. S. (2018). Romantik ilişkilerde problem çözme becerilerinin empati ve mental iyi oluş açısından incelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 1, 62-72.
- Kempe, C.H. & Helfer, R.E., 1972, *Helping the Battered Child and His Family*, Lippincott.
- Kempe, C.H., Silverman, F.N., Steele, B.F., Droegemueller, W., and Silver, H.K., 1985, "The Battered-Child Syndrome" *Child Abuse & Neglect*, 9(2): p. 143-154.
- Kendall-Tackett, K., 2002, "The Health Effects of Childhood Abuse: Four Pathways by Which Abuse Can Influence Health" *Child Abuse and Neglect*, 6 (7): p. 715 730.
- Kendall-Tackett, K.A., Williams, L.M., and Finkelhor, D., 1993 "Impact of Sexual Abuse on Children: A Review and Synthesis of Recent Empirical Studies" *Psychological Bulletin*, 113: p. 164-180.
- Kendler, K.S., Bulik, C.M., Silberg, J., Hettema, J.M., Myers, J., & Prescott, C.A., 2000, "Childhood Sexual Abuse And Adult Psychiatric And Substance Use Disorders in Women: An Epidemiological And Cotwin Control Analysis" *Archives Of General Psychiatry*, 57(10): p. 953.
- Kesebir, S., Özdoğan-Kavazoglu, S., & Özdoğan, F. M. (2011). Psikiyatride güncel yaklaşımlar. *Bağlanma ve Psikopatoloji*, 3(2), 321-342.
- Kılıç, A. (2020). *Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıkları, sosyal medya kullanım amaçları ve romantik ilişki doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Biruni Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kılınçer, S. K. (2012). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde algıladıkları istismar* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kılınçer, A. S., & Dost, M. T. (2013). Romantik ilişkiyi değerlendirme ölçeği'nin geliştirilmesi. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 4(1), 15-32.
- Kılınçer, A. S., & Dost, M. T. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(42), 160-172.

- Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472-503.
- Knee, C. R. (1998). Implicit theories of relationships: Assessment and prediction of romantic relationship initiation, coping, and longevity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 360-370.
- Lakey, B., & Cassady, P. B. (1990). Cognitive processes in perceived social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 337-343.
- Lam, C. B., McBride, B. A., & Wright, J. P. (2018). Childhood trauma and marital satisfaction: Mediating roles of emotional intelligence and empathy. *Journal of Family Issues*, 39(1), 42-67.
- Lenore Terr, *Childhood traumas, Psycho-traumatology*. Springer, Boston, MA, 1995, s.301-320.
- Loos, M.E., & Alexander, P.C., 1997, "Differential Effects Associated With Self-Reported Histories of Abuse and Neglect in a College Sample" *Journal of Interpersonal Violence*, 12(3): p. 340-360.
- Luntz, B.K., and Widom, C.S., 1994, "Antisocial Personality Disorder in Abused and Neglected Children Grown Up" *Am J Psych*, 151(5): p. 670-674.
- Malouff, J. M., Schutte, N. S., & Thorsteinsson, E. B. (2014). Trait emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A meta-analysis. *American Journal of Family Therapy*, 42(1), 53-66.
- Marcia Rorty vd., "Childhood Sexual, Physical and Psychological Abuse in Bulimia Nervosa", *American Journal of Psychiatry*, 1994, 151, 1122-1126, s. 1124.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Nakagawa, S. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(6), 925-937.
- McHolm, A.E., MacMillan H.L., and Jamieson E., 2003, "The Relationship Between Childhood Physical Abuse And Suicidality Among Depressed Women: Results From a Community Sample" *American Journal of Psychiatry*, 160 (5): p.933.
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 755-773.
- Meltem Dinleyici ve Figen Şahin Dağlı, Duygusal İhmal, İstismar Ve Çocuk Hekiminin Rolü/Emotional Abuse, Neglect And The Role Of Pediatrician, *Osmangazi Journal Of Medicine*, 38, 2016, s.1-8.
- Meuret, A.E., Rosenfield, D., Wilhelm, F.H., Zhou, E., Conrad, A., Ritz, T., and Roth, W.T, 15 November 2011, "Do Unexpected Panic Attacks Occur Spontaneously?" *Biological Psychiatry Volume 70(10)* : p. 985–991.
- Meyer, D., & Sledge, R. (2022). The relationship between conflict topics and romantic relationship Modern Classics. 53 dynamics. *Journal of Family Issues*, 43(2), 306-323.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Miller G, Brody E, Gene H, Chen E. Childhood close family relationships and health. *Am Psychol*. (2017) 72:555–66. doi: 10.1037/amp0000067

- Monson, C. M., Taft, C. T., & Fredman, S. J. (2009). Military-related PTSD and intimate relationships: From description to theory-driven research and intervention development. *Clinical Psychology Review*, 29(8), 707-714.
- Monson, C. M., & Fredman, S. J. (2012). *Cognitive-behavioral conjoint therapy for PTSD: Harnessing the healing power of relationships*. New York: Guilford Press.
- Moroz D.L.K.J., 2005, The Effects of Psychological Trauma on Children and Adolescents: Report Prepared for the Vermont Agency of Human Services, Health M.
- Mullen, P.E., 1990, "A Phenomenology of Jealousy" *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 24(1): p. 17-28.
- Mullen, P.E., Martin, J.L., Anderson, J.C., Romans, S.E., and Herbison, G.P., 1996, "The Long-Term Impact of the Physical, Emotional, and Sexual Abuse of Children: A Community Study" *Child Abuse Neglect*, 20: p. 721.
- Murray, S. L., Bellavia, G. M., Rose, P., & Griffin, D. W. (2003). Once hurt, twice hurtful: How perceived regard regulates daily marital interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 126-144.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Collins, N. L. (2006). Optimizing assurance: The risk regulation system in relationships. *Psychological Bulletin*, 132(5), 641-666.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (2000). Self-esteem and the quest for felt security: How perceived regard regulates attachment processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(3), 478-498.
- Murray, S. L., Rose, P., & Holmes, J. G. (2008). When rejection stings: How self-esteem constrains relationship-enhancement processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(3), 434-449.
- Nakash-Eisikovits, O. R. A., Dutra, L., & Westen, D. (2002). Relationship between attachment patterns and personality pathology in adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 41(9), 1111-1123.
- Oates, K., 1999, Çocukların Cinsel İstismarının Kalıcı Etkileri, Konanç, E., Gürkaynak, İ. ve Egemen, A. (Ed.), *Çocuk İstismarı ve İhmali*, İçinde (ss. 101-110).
- Olcaç Çam ve N. Bakış, İlköğretim Öğretmenlerin Öğrencilere Yönelik Tutum ve Davranışlarının Çocuk İstismarı ve İhmali Açısından İncelemesi, *Çocuk Forumu*, 5(2), 2002, s.29-32.
- Overall, N. C., Fletcher, G. J. O., & Simpson, J. A. (2006). Regulation processes in intimate relationships: The role of ideal standards. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 662-685.
- Quan, M., Liu, Y., Wu, Z., & Wang, Y. (2024). The effects of childhood trauma on adult romantic relationships: The mediating role of attachment and emotional regulation. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1519699.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1519699>
- Pasch, L. A., & Bradbury, T. N. (1998). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(2), 219-229.

- Paul. E. Mullen vd., "The Long-Term Impact Of The Physical, Emotional, and Sexual Abuse Of Children: A Community Study", *Child Abuse & Neglect*, 1996, 20(1), 7-21, s. 18.
- Patricia Perri Reiker ve Elaine Carmen, "The Victim to Patient Process: The Disconfirmation and Transformation of Abuse", *American Journal of Orthopsychiatry*, 1986, 56, 360-370, s.368.
- Polat, O., 2001, *Çocuk ve Şiddet*, Der Yayınları, İstanbul.
- Polat, O., 2007, *Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı I Tanımlar*, Seçkin Yayıncılık, Ankara.
- Pressel, D.M., 2000, "Evaluation of Physical Abuse in Children" *American family physician*. 61(10): p. 3057-3064.
- Reed, K. (2023). Emotional awareness and intimacy: A study of childhood emotional trauma and adult romantic relationships (Undergraduate thesis, Brigham Young University). *ScholarsArchive*. <https://scholarsarchive.byu.edu/studentpub/400>
- Renshaw KD, Rodebaugh TL, Rodrigues CS. Psychological and marital distress in spouses of Vietnam veterans: Importance of spouses' perceptions. *J Anxiety Disord*. (2010) 24:743–50. doi: 10.1016/j.janxdis.2010.05.007
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). *Intimacy as an interpersonal process*. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 367-389). Chichester, England: Wiley.
- Roelofs, K., Keijers, G., and Hoogduin, K., 2002, "Childhood Abuse in Patients With Conversion Disorder" *Am J Psychi*, 159: p.13.
- Ronny Bruffaerts vd., "Childhood Adversities As Risk Factors For Onset and Persistence of Suicidal Behaviour", *Br J Psychiatry*, 2010, 197, 20-27, s.21.
- Richard Famularo vd., "Psychiatric Diagnoses of Maltreated Children: Preliminary Findings", *J Am Acad Child Psychiatry*, 1992, 31, 863-867, s. 864.
- Riggs, D. S., Byrne, C. A., Weathers, F. W., & Litz, B. T. (1998). The quality of the intimate relationships of male Vietnam veterans: Problems associated with posttraumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress*, 11(1), 87-101.
- Riggs, S. A. (2010). Childhood emotional abuse and the attachment system across the life cycle: What theory and research tell us. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 19(1), 5-51.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*. New York: Basic Books.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172-186.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117.
- Sachs-Ericsson, N., Verona, E., Joiner, T., and Preacher, K., 2006, "Parental Verbal Abuse and the Mediating Role of Self-Criticism in Adult Internalizing Disorders" *J Affect Disord*, 93: p. 71-78.

- Sakallı-Ugurlu, N. (2003). How do romantic relationship satisfaction, gender stereotypes, and gender relate to future time orientation in romantic relationships? *The Journal of Psychology*, 137(3), 294-303.
- Sanford, K. (2007). Hard and soft emotion during conflict: Investigating married couples and other relationships. *Personal Relationships*, 14(1), 65-90.
- Savaş, S. (2021). *Romantik ilişki inançları ve romantik ilişki doyumunun erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 7-66.
- Shanta, R.D., Et al., 2001, "Childhood Abuse, Household Dysfunction, and the Risk of Attempted Suicide Throughout the Life Span: Findings From the Adverse Childhood Experiences Study" *JAMA* 286, sayı. 24: p. 3089-3096.
- Sibel Örsel vd., "Psikiyatri Hastalarında Çocukluk Çağı Travmalarının Sıklığı ve Psikopatoloji ile İlişkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 2011, 12( 2), 130-136, s.135
- Simons, R. L., Lin, K. H., & Gordon, L. C. (1998). Socialization in the context of family violence and its impact on adolescent aggression and dating violence: A prospective study. *Journal of Marriage and the Family*, 60(3), 736-748.
- South, S. C., Krueger, R. F., & Iacono, W. G. (2009). Understanding general and specific connections between psychopathology and marital distress: A model based on twin studies. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(3), 640-651.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. Norton.
- Springer, K.W. and Et al., 2007, "Long-Term Physical and Mental Health Consequences of Childhood Physical Abuse: Results From A Large Population-Based Sample of Men and Women.," *Child abuse & neglect* 31 (5): p. 517-530.
- Strunz, S., Schermuck, C., Ballerstein, S., Ahlers, C. J., Dziobek, I., & Roepke, S. (2017). Romantic relationships and relationship satisfaction among adults with As and high-functioning autism. *Journal of Clinical Psychology*, 73(1), 113-125.
- Swann, W. B. (1987). Identity negotiation: Where two roads meet. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(6), 1038-1051.
- Şar, V., Öztürk, E., ve İkikardeş, E., 2012, "Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe Uyarlamasının Geçerlilik ve Güvenilirliği" *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 32 (4): p. 1054-1063.
- Taft, C. T., Schumm, J. A., Panuzio, J., & Proctor, S. P. (2008). Violence against partners, family violence, and posttraumatic stress disorder among returning veterans. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 923-933.
- Taft, C. T., Watkins, L. E., Stafford, J., Street, A. E., & Monson, C. M. (2011). Posttraumatic stress disorder and intimate relationship problems: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(1), 22-33.
- Terri L. Messman-Moore ve Amy L. Brown, "Child Maltreatment and Perceived Family Environment As Risk Factors For Adult Rape: Is Child Sexual Abuse

- The Most Salient Experience?" *Child Abuse & Neglect*, 2004, 28, 1019-1034, s. 1030.
- Terr, L.C., 1983, "Chowchilla Revisited:the Effects of Psychic Trauma Four Years After A School Bus Kidnapping" *Am J Psychiatry*, 140: p. 1543-1550.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Thompson, A., Lewis, D., & Hart, M. (2024). Early maladaptive schemas and romantic relationship satisfaction: A longitudinal study. *Australian Journal of Psychology*, 76(2), 145–163. <https://doi.org/10.1080/13284207.2024.2415953>
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 53-79.
- Tolin, D. F., & Foa, E. B. (2006). Sex differences in trauma and posttraumatic stress disorder: A quantitative review of 25 years of research. *Psychological Bulletin*, 132(6), 959-992.
- Tüzün, O. ve Sayar, K., 2006, "Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji" *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Bilimsel Yayını.
- Ümit B. Semiz vd., "Sınır Kişilik Bozukluğu Hastalarında Vücut Dismorfik Bozukluğu, Travma ve Disosiyasyon: Bir Önçalışma", *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 2005, 15(2), 65-70, s.68.
- Wachs, K., & Cordova, J. V. (2007). Predicting relationship satisfaction and emotional skill: The role of trauma history and emotional intelligence. *Journal of Psychology*, 141(4), 401-421.
- Walker, E.A., Katon, W.J., and Neraas, K., 1992, "Dissociation in Women With Chronic Pelvic paPn" *Am J Psychiatry* 149: p. 534-537.
- Whisman, M. A. (2007). Marital distress and DSM-IV psychiatric disorders in a population-based national survey. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(3), 638-643.
- Whisman, M. A., & Uebelacker, L. A. (2006). Impairment and distress associated with relationship discord in a national sample of married or cohabiting adults. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 369-377.
- Wingo, A. P., Fani, N., Bradley, B., & Ressler, K. J. (2010). Resilience in the face of childhood trauma: The role of emotion regulation. *Journal of Psychiatric Research*, 44(3), 211-216.
- World Health Organization, (WHO) Report of the Consultation on Child Abuse Prevention, Geneva, 1999.
- Van Der Kolk, B.A, 1987, Greenberg MS. The Psychobiology of the Trauma Response: Hyperarousal, Constriction and Addiction to Traumatic Reexposure. In Van Der Kolk BA (Ed.) *Psychological Trauma*. Washington DC: American Psychiatric Press.
- Vincent J. Felitti vd., "Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood

- Experiences (ACE)Study”, *American Journal of Preventative Medicine*, 1998, 14(4), p.245–258.
- Yam, F. C. (2023). The relationship between partner phubbing and life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and perceived romantic relationship quality. *Psychological Reports*, 126(1), 303-331.
- Yang, B.Z., Zhang, H., G.E., W., Weder, N., Douglas-Palumberih, H., Perepletchikova, F., ... & Kaufman, J., 2013, “Child Abuse And Epigenetic Mechanisms Of Disease Risk” *American Journal Of Preventive Medicine*, 44(2): p. 101-107.
- Yasemen Taner & Bahar Gökler, “Çocuk İstismarı ve İhmali: Psikiyatrik Yönleri”, *Hacettepe Tıp Dergisi*, 2004, Cilt: 35, 82-86, s. 84.
- Yenibaş, R. ve Şirin, A., 2007, *Ailede Çocuğun İstismarı Ve Umutsuzluk*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Yıldırım, B., (2017). ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİDE; OTOMATİK DÜŞÜNCELERİN ARACILIK ROLÜ. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi), T.C. İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ.
- Yolcu, A., (2021). *Çocukluk Çağı Travması Yaşamış Bireylerde İlişkisel Benlik Saygısı ve İlişkisel Saplantılı Düşünce Düzeyi*, (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi), Yakın Doğu Üniversitesi.
- Young, J., & Gluhoski, V. (1997). *A schema-focused perspective on satisfaction in close relationships*. In M. Hojjat ve R. J. Sternberg (Ed.), *Satisfaction in close relationships*, (pp. 356-381). New York: The Guilford Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Yumbul C, Cavusoglu S, Geyimci B. The effect of childhood trauma on adult attachment styles, infidelity tendency, romantic jealousy and self-esteem. *Proc - Soc Behav Sciences* 5. (2010), 1741–5. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.357
- Yurdakök, K., ve Osman Tolga İnce, Duygusal istismar ve ihmal, *Katkı Pediatri Dergisi*, 32(4), 2010, s.423-433.
- Zoroğlu S, Tüzün Ü, şar V, Öztürk M, Kara Me, Alyanak B. Çocukluk Döneminde İhmal Ve İstismarın Olası Sonuçlarının İncelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Derg* 2001; 2:69- 78.